


Heti étlap 2025.02.24. - 2025.02.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Reggeli	Iskola Alsós A	Barackos tea Natúr sajtkrémes Korpás kenyér	Almás-fahéjas tea Pogácsa	Málnás tea Sertés párizsis Zsemle Margarinnal	Gyümölcsös tea Kifli Vajjal Paprikával	Epres tea Magyaros vajkrémes Félbarna kenyér										
		Energia: 294.95 Kcal / 1,232.89 KJ	Energia: 286.36 Kcal / 1,196.98 KJ	Energia: 253.65 Kcal / 1,060.26 KJ	Energia: 261.27 Kcal / 1,092.11 KJ	Energia: 312.73 Kcal / 1,307.21 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		5.30 g	8.11 g	4.58 g	2.98 g	13.20 g	3.58 g	7.17 g	6.01 g	2.41 g	4.34 g	7.42 g	3.48 g	6.51 g	8.63 g	4.05 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
49.76 g	21.98 g	0.94 g	38.48 g	24.98 g	0.79 g	42.54 g	13.99 g	0.58 g	43.88 g	19.99 g	0.41 g	51.78 g	19.99 g	0.00 g		
1,7	1,(3),(7)			1,(7)	1,7	1,7				1,7						
Tízórai	Iskola Alsós A	Tej Mézes Félbarna kenyér Margarinnal	Csipkebogyós tea Zsíros kenyér Lilahagymával	Kakaó Kifli Alma	Citromos tea Tonhalkrémes Rozskenyér Kígyóborkával Sárgabarackos zabrudi	Meggyes tea Főtt tojáskarikák Korpás kenyér Margarinnal										
		Energia: 334.97 Kcal / 1,400.17 KJ	Energia: 338.48 Kcal / 1,414.85 KJ	Energia: 299.26 Kcal / 1,250.91 KJ	Energia: 325.40 Kcal / 1,360.17 KJ	Energia: 260.99 Kcal / 1,090.94 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		12.76 g	5.60 g	2.71 g	6.64 g	11.12 g	8.22 g	11.44 g	3.91 g	1.75 g	7.33 g	9.92 g	8.18 g	6.77 g	4.79 g	1.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.18 g	16.20 g	0.33 g	52.43 g	19.99 g	0.71 g	53.91 g	9.99 g	0.70 g	51.25 g	24.23 g	0.73 g	47.48 g	19.99 g	0.83 g		
1,7	1			1,7	1,3,4,7,10	1,3,(7)										
Ebéd	Iskola Alsós A	Almás zellerkrémleves Levesgyönggyel Bolognai spagetti Reszelt sajttal	Erőleves Zöldborsó főzelék Panírozott dinóval Félbarna kenyérral	Rántott leves Pírtott kenyérkockával Sajtos-tejszínes sertésragu Párolt rizzsel	Sajtgaluska leves Vadas sertésragu Szarvacska tésztával	Lencseleves Farsangi fánk Baracklekával Porcukorral										
		Energia: 677.35 Kcal / 2,831.32 KJ	Energia: 532.86 Kcal / 2,227.35 KJ	Energia: 749.61 Kcal / 3,133.37 KJ	Energia: 684.44 Kcal / 2,860.96 KJ	Energia: 965.35 Kcal / 4,035.16 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		29.50 g	29.87 g	10.83 g	18.56 g	18.66 g	2.51 g	26.39 g	34.87 g	11.18 g	29.31 g	29.18 g	8.26 g	23.97 g	47.71 g	8.19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
72.59 g	2.31 g	2.22 g	73.22 g	12.05 g	1.26 g	81.78 g	0.04 g	1.60 g	75.86 g	0.65 g	3.07 g	109.13 g	23.15 g	1.70 g		
1,3,7,9,(6),(12)	1,3,7,9			1,7,9	1,3,7,9,10,(12)	1,3,7,10,(12)										
Uzsonna	Iskola Alsós A	Kenőmájásos Korpás kifli Kígyóborkával	Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal	Sajt szeletes Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal	Helybensült rácsos túrós táska	Diákcsemegés Zsemle Margarinnal Paprikával										
		Energia: 199.52 Kcal / 833.99 KJ	Energia: 220.86 Kcal / 923.19 KJ	Energia: 229.85 Kcal / 960.77 KJ	Energia: 308.00 Kcal / 1,287.44 KJ	Energia: 204.29 Kcal / 853.93 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		8.35 g	6.23 g	2.35 g	7.44 g	8.51 g	3.32 g	10.80 g	8.05 g	4.32 g	8.97 g	18.46 g	5.70 g	7.40 g	6.24 g	2.39 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27.30 g	3.85 g	0.79 g	28.56 g	0.00 g	0.96 g	28.47 g	0.00 g	0.54 g	26.37 g	0.00 g	1.46 g	29.60 g	0.00 g	0.59 g		
1,(6),(7),(10)	1,(7)			1,7	1,3,6,7,(8),(11),(12)	1,(7)										
Vacsora	Iskola Alsós A	Cseresznyés tea Zala felvágottas Zsemle Natúr vajkrémes	Epres tea Csirkemellsonkás Félbarna kenyér Margarinnal Paprikával	Citromos tea Csemege szalámis Korpás kenyér Margarinnal	Cseresznyés tea Turista felvágottas Sajt szeletes Zsemle Margarinnal	Barackos tea Sertés párizsis Zsemle Margarinnal										
		Energia: 335.06 Kcal / 1,400.55 KJ	Energia: 283.04 Kcal / 1,183.11 KJ	Energia: 301.81 Kcal / 1,261.57 KJ	Energia: 349.71 Kcal / 1,461.79 KJ	Energia: 286.77 Kcal / 1,198.70 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		8.11 g	11.58 g	5.17 g	9.83 g	3.30 g	1.26 g	7.01 g	9.26 g	3.32 g	12.40 g	11.49 g	5.77 g	7.34 g	6.04 g	2.41 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
49.13 g	19.99 g	0.46 g	53.27 g	19.99 g	0.49 g	47.40 g	19.98 g	1.36 g	48.89 g	19.99 g	0.99 g	50.54 g	21.98 g	0.58 g		
1,7	1,(7)			1,(7)	1,7	1,(7)										

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.
Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

- | | | | | | | | |
|----------|---------|----------------|-------------------|-----------|----------------------|----------------|----------------------------|
| 1-glutén | 3-tojás | 5-földimogyoró | 7-tejterméklaktóz | 9-zeller | 11-szezámm | 13-csillagfűrt | 15-mesterséges édesítőszer |
| 2-rák | 4-hal | 6-szója | 8-diófélék | 10-mustár | 12-kéndioxid-szulfit | 14-puhatestűek | 16-édesgyökér |

Jó étvágyat kívánunk!
Ményik Anikó
Eatrend Kft.
..... 5220-Abramháza, Pálosi út 105.....
Cserépkályva, 2025. február 17. 17:30:00 - 6-13
E-mail: info@eatrend.hu