


Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.


		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	Iskola alsó 7-10 éves	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér			Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrémes Korpás kenyér			Tej Mézes Korpás kifli Margarinnal			Csipkebogyós tea Kenőmájásos Rozskenyér Salátalevéllal			Barackos tea Főtt tojáskarikák Korpás kenyér Margarinnal		
		Energia: 328.98 Kcal / 1,375.14 Kj			Energia: 264.16 Kcal / 1,104.19 Kj			Energia: 305.82 Kcal / 1,278.33 Kj			Energia: 306.41 Kcal / 1,280.79 Kj			Energia: 269.63 Kcal / 1,127.05 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		7.10 g	8.59 g	8.10 g	4.86 g	9.16 g	3.40 g	12.22 g	5.77 g	2.60 g	8.98 g	6.55 g	6.54 g	6.90 g	4.81 g	1.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
55.33 g	24.98 g	0.70 g	40.09 g	12.40 g	0.72 g	51.08 g	16.20 g	0.89 g	52.44 g	19.99 g	0.92 g	49.48 g	21.98 g	0.83 g		
1,7			1,3,4,7,10			1,7			1,(6),(7),(10)			1,3,(7)				
Ebéd	Iskola alsó 7-10 éves	Cheddaros sajtkrémleves Levesgyönggyel Tavaszi sertésragu Párolt rizszel			Májgaluskaleves Túrós-barackos rakott tészta			Tejfölös karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával Félbarna kenyérral			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejbegríz Kakaó szóráttal Alma			Rántott leves Pírtott kenyérkockával Bakonyi sertésragu Orsó tésztával		
		Energia: 751.09 Kcal / 3,139.56 Kj			Energia: 611.42 Kcal / 2,555.74 Kj			Energia: 668.03 Kcal / 2,792.37 Kj			Energia: 622.05 Kcal / 2,600.17 Kj			Energia: 608.18 Kcal / 2,542.19 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		23.51 g	38.80 g	12.53 g	26.66 g	14.13 g	6.43 g	22.42 g	26.42 g	7.37 g	23.67 g	12.57 g	3.67 g	28.33 g	23.07 g	6.88 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
74.34 g	0.05 g	1.99 g	94.66 g	33.44 g	1.90 g	84.22 g	15.02 g	2.59 g	102.75 g	38.66 g	1.44 g	71.21 g	0.04 g	1.53 g		
1,7,(3),(6),(10),(11)			1,3,7,9			1,3,7,9			1,7			1,3,7				
Uzsonna	Iskola alsó 7-10 éves	Helybensült kakaós csiga			Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Kaliforniai Paprika			Szendvics sonkás Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóborkával			Helybensült sonkás- kukoricás pizza			Kifli Kockasajttal		
		Energia: 163.83 Kcal / 684.81 Kj			Energia: 205.80 Kcal / 860.24 Kj			Energia: 202.59 Kcal / 846.83 Kj			Energia: 308.62 Kcal / 1,290.03 Kj			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		1.81 g	8.77 g	2.34 g	7.38 g	6.08 g	2.42 g	10.67 g	2.92 g	1.45 g	12.49 g	9.99 g	3.02 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
19.20 g	10.04 g	0.32 g	30.35 g	0.00 g	0.58 g	33.38 g	0.15 g	0.53 g	42.00 g	0.10 g	1.30 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g		
1,7,(3),(6),(12)			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	4-hal	7-tejtermék,laktóz	10-mustár	13-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

 Eatrend Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 65.....
 Csoportos adószám: 17783408-5-13
 Élelmiszevizsgáló