


Heti étlap 2025.02.17. - 2025.02.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(00028) Iskola alsó	Vaníliás tejtál Kifli			Citromos tea Eatrend Tepertőkrémes Korpás kenyér Lilahagymával			Tej Kalács			Erdei gyümölcsös tea Sült paprikakrémes Korpás kenyér			Meggyes tea Magvas sajtkrémes Korpás zsemle		
		Energia: 174.28 Kcal / 728.49 KJ			Energia: 308.08 Kcal / 1,287.77 KJ			Energia: 338.95 Kcal / 1,416.81 KJ			Energia: 245.81 Kcal / 1,027.49 KJ			Energia: 294.17 Kcal / 1,229.63 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.86 g	0.97 g	0.10 g	5.86 g	9.10 g	3.64 g	13.87 g	9.31 g	4.23 g	4.60 g	7.21 g	0.00 g	6.08 g	8.04 g	0.13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33.80 g	0.00 g	0.41 g	50.24 g	11.99 g	0.96 g	49.51 g	4.20 g	0.90 g	40.20 g	12.00 g	0.70 g	48.92 g	19.99 g	0.51 g		
1,7			1,3,7,10,(12)			1,3,7			1,7			1,7				
Ebéd	(00028) Iskola alsó	Májgaluskaleves Káposztás tészta Porcukorral			Fokhagymakrémleves Pírtott kenyérkockával Paprikás burgonya Félbarna kenyérral Csemege uborkával			Lebbencsleves Zöldbabfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Vegyes zöldségkrémleves Pírtott kenyérkockával BBQ Sertéssült Petrezselymes burgonyával Coleslaw salátával			Tárkonyos csirkeraguleves Vaníliás piskóta Csokoládé öntettel		
		Energia: 394.27 Kcal / 1,648.05 KJ			Energia: 591.64 Kcal / 2,473.06 KJ			Energia: 629.34 Kcal / 2,630.64 KJ			Energia: 615.81 Kcal / 2,574.09 KJ			Energia: 827.47 Kcal / 3,458.82 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		16.14 g	6.04 g	1.12 g	20.04 g	33.77 g	7.80 g	24.37 g	29.73 g	8.13 g	24.74 g	28.26 g	2.26 g	24.93 g	25.75 g	5.82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
69.44 g	14.02 g	1.90 g	79.89 g	0.00 g	5.78 g	65.05 g	0.01 g	4.80 g	65.21 g	0.01 g	3.50 g	124.54 g	58.96 g	2.53 g		
1,3,9			1,7,9,15,(12)			1,3,7,9			1,3,7,9,10,(6),(11),(12)			1,3,7,9,15				
Uzsonna	(00028) Iskola alsó	Soproni felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Jégcsapretekkel			Kakaós csiga			Tavaszi felvágottas Rozskenyér Margarinnal Kigyóuborkával			Korpás kifli Kockasajttal Mandarin			Bécsi felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Paprikával		
		Energia: 230.50 Kcal / 963.49 KJ			Energia: 163.83 Kcal / 684.81 KJ			Energia: 212.57 Kcal / 888.54 KJ			Energia: 248.23 Kcal / 1,037.60 KJ			Energia: 246.30 Kcal / 1,029.53 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.63 g	8.92 g	3.24 g	1.81 g	8.77 g	4.03 g	8.48 g	6.04 g	6.74 g	10.22 g	7.32 g	3.79 g	9.04 g	8.87 g	3.37 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.98 g	4.68 g	1.49 g	19.20 g	5.90 g	0.37 g	31.01 g	3.30 g	1.14 g	34.58 g	0.00 g	1.26 g	32.49 g	0.00 g	0.90 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			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 Étrendünk!
 2730 Albertirs., Pest új 65
 Csoportos adás: tel. 1783405-5-13
 Adószám: 14893604-13
 Élmezésvezető