


Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	Egyházi óvoda 4-6	Barackos tea Sárgarépás sajtkrémes Teljes kiőrlésű kenyér			Kakaó Kifli			Barackos tea Magyaros vajkrémes Korpás kenyér Póréhagymakarikával Alma			Citromos tea Padlizsánkrémes Teljes kiőrlésű kenyér			Tej Túró rudi krémes Korpás kenyér		
		Energia: 292.88 Kcal / 1,224.24 KJ			Energia: 246.88 Kcal / 1,031.96 KJ			Energia: 340.89 Kcal / 1,424.92 KJ			Energia: 317.05 Kcal / 1,325.27 KJ			Energia: 258.47 Kcal / 1,080.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7.12 g	7.52 g	3.32 g	10.75 g	3.30 g	1.74 g	5.56 g	9.06 g	3.87 g	6.27 g	10.38 g	3.88 g	12.52 g	4.65 g	2.35 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
48.75 g	19.98 g	0.34 g	43.40 g	9.99 g	0.68 g	58.27 g	19.98 g	0.72 g	49.20 g	20.38 g	0.59 g	41.32 g	2.83 g	0.98 g		
1,7			1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,7,(5),(8)				
<b>Ebéd</b>	Egyházi óvoda 4-6	Paradicsomleves Betűtésztaival Csikós tokány Párolt rizszel			Tojásleves Zöldborsófőzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Lencseleves Dejós tészta			Póréhagyma krémleves Pírtott kenyérkockával Párolt sertésszelet Burgonyapürével Párolt zöldséggel			Citromos almaleves Tonhalas spagetti Reszelt sajttal		
		Energia: 587.33 Kcal / 2,455.04 KJ			Energia: 365.78 Kcal / 1,528.96 KJ			Energia: 553.41 Kcal / 2,313.25 KJ			Energia: 410.66 Kcal / 1,716.56 KJ			Energia: 600.58 Kcal / 2,510.42 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		17.57 g	28.44 g	7.39 g	20.90 g	23.66 g	6.34 g	22.96 g	15.43 g	2.52 g	20.36 g	14.10 g	3.88 g	25.29 g	23.60 g	8.19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64.53 g	3.00 g	2.10 g	52.24 g	12.00 g	0.69 g	80.00 g	10.49 g	5.04 g	40.45 g	0.04 g	4.62 g	74.75 g	16.40 g	6.39 g		
1,3,7,9			1,3,7			1,3,7,8,10,(5),(12)			1,7,(3),(6),(10),(12)			1,3,4,7,9,(6),(12)				
<b>Uzsonna</b>	Egyházi óvoda 4-6	Vaníliakrémes rúd			Mátrai diákcsemegés Korpás zsemle Margarinnal Paprikával			Sajtkrémes rúd			Csirkemellsonkás Zsemle Margarinnal			Korpás kifli Kockasajttal		
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 174.82 Kcal / 730.75 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 176.01 Kcal / 735.72 KJ			Energia: 201.34 Kcal / 841.60 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11.71 g	26.46 g	10.07 g	7.12 g	3.25 g	1.32 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	8.10 g	2.91 g	1.21 g	9.52 g	7.02 g	3.79 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
19.66 g	0.00 g	1.38 g	29.27 g	0.00 g	0.90 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	29.34 g	0.00 g	0.55 g	24.78 g	0.00 g	1.26 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-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

**Jóvágyat kívánunk!**  
**Eatrend Kft.**  
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Csoportos adószám: 47783408-5-13  
 Elővezető: 4893860-4-13  
 14.