


Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 Tízórai	Iskola felső	Barackos tea Sárgarépás sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér	Kakaó Kifli	Barackos tea Magyaros vajkrém Korpás kenyér Póréhagymakarikával	Citromos tea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával	Tej Túró rudi krém Korpás kenyér										
		Energia: 345.70 Kcal / 1,445.03 KJ	Energia: 247.08 Kcal / 1,032.79 KJ	Energia: 350.55 Kcal / 1,465.30 KJ	Energia: 360.40 Kcal / 1,506.47 KJ	Energia: 273.82 Kcal / 1,144.57 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.28 g	10.94 g	5.03 g	10.84 g	3.31 g	1.75 g	5.23 g	12.45 g	5.80 g	6.86 g	14.47 g	5.77 g	14.16 g	5.44 g	2.78 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54.02 g	24.98 g	0.46 g	43.41 g	9.99 g	0.68 g	53.90 g	24.98 g	0.70 g	50.23 g	20.73 g	0.60 g	41.72 g	2.83 g	0.99 g		
1,7	1,7	1,7	1,3,7,10,(12)	1,7,(5),(8)												
Ebéd	Iskola felső	Paradicsomleves Betűtészta Csikós tokány Párolt rizszel	Tojásleves Zöldborsófőzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral	Lencseleves Dejós tészta Alma	Póréhagyma krémleves Pirított kenyérkockával Párolt sertésszelet Burgonyapürével Párolt zöldséggel	Citromos almaleves Tonhalas spagetti Reszelt sajttal										
		Energia: 880.05 Kcal / 3,678.61 KJ	Energia: 537.07 Kcal / 2,244.95 KJ	Energia: 723.73 Kcal / 3,025.19 KJ	Energia: 478.49 Kcal / 2,000.09 KJ	Energia: 721.15 Kcal / 3,014.41 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		22.83 g	36.14 g	9.26 g	24.51 g	32.81 g	7.56 g	28.90 g	19.71 g	3.26 g	24.12 g	16.34 g	4.61 g	29.79 g	27.97 g	9.43 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
114.74 g	31.97 g	4.96 g	71.24 g	19.99 g	2.01 g	106.24 g	10.49 g	1.49 g	46.64 g	0.05 g	5.81 g	91.92 g	20.10 g	3.03 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)												
Uzsonna	Iskola felső	Vaníliakrém rúd Mandarin	Mátrai diákcsemegés Korpás zsemle Margarinnal Paprikával	Sajtkrém rúd	Csirkemellsonkás Zsemle Margarinnal	Kifli Kockasajttal										
		Energia: 412.22 Kcal / 1,723.08 KJ	Energia: 184.78 Kcal / 772.38 KJ	Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ	Energia: 187.06 Kcal / 781.91 KJ	Energia: 259.90 Kcal / 1,086.38 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.41 g	26.76 g	10.07 g	8.30 g	3.69 g	1.46 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	9.80 g	3.19 g	1.30 g	12.12 g	12.78 g	7.54 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.46 g	0.00 g	1.38 g	29.58 g	0.00 g	1.06 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	29.76 g	0.00 g	0.76 g	23.80 g	0.00 g	1.81 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-csillagfűrt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adózás: 17763408-5-13
 Helyettesítő:
 Adószám: 14693860-4-13
 14.