


Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	Egyházi Iskola 11-14	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér			Erdei gyümölcsös tea Majonézes tonhalkrémes Korpás kenyér			Tej Mézes Korpás kifli Margarinnal			Csipkebogyós tea Kenőmájasos Rozskenyér Salátalevéllal Alma			Barackos tea Főtt tojáskarikás Korpás kenyér Margarinnal		
		Energia: 397.02 Kcal / 1,659.54 KJ			Energia: 309.96 Kcal / 1,295.63 KJ			Energia: 305.82 Kcal / 1,278.33 KJ			Energia: 393.28 Kcal / 1,643.91 KJ			Energia: 281.42 Kcal / 1,176.34 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.09 g	12.54 g	10.03 g	5.09 g	13.96 g	5.23 g	12.22 g	5.77 g	2.60 g	10.91 g	9.85 g	7.55 g	6.85 g	4.80 g	1.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
62.63 g	32.03 g	0.70 g	40.46 g	12.60 g	0.73 g	51.08 g	16.20 g	0.89 g	64.15 g	19.99 g	1.06 g	52.47 g	24.98 g	0.83 g		
1,7		1,3,4,7,10			1,7			1,(6),(7),(10)			1,3,(7)					
Ebéd	Egyházi Iskola 11-14	Cheddaros sajtkrémleves Pirított kenyérkockával Tavaszi sertésragu Párolt rizszel Alma			Májgaluskaleves Mákos tészta			Tejfölös karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérral			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejbedara Kakaó szórattal			Rántott leves Pirított kenyérkockával Bakonyi sertésragu Orsó tésztával		
		Energia: 837.69 Kcal / 3,501.54 KJ			Energia: 434.59 Kcal / 1,816.59 KJ			Energia: 583.60 Kcal / 2,439.45 KJ			Energia: 576.29 Kcal / 2,408.89 KJ			Energia: 657.79 Kcal / 2,749.56 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		25.12 g	40.43 g	12.67 g	18.33 g	10.11 g	2.16 g	20.35 g	26.32 g	7.35 g	23.10 g	12.63 g	3.75 g	28.50 g	28.01 g	7.45 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
90.15 g	0.05 g	2.06 g	68.27 g	10.03 g	1.21 g	65.95 g	15.02 g	2.76 g	92.34 g	38.66 g	1.61 g	72.28 g	0.04 g	1.53 g		
1,7,(3),(6),(10),(11)		1,3,9			1,3,7,9			1,7			1,3,7					
Uzsonna	Egyházi Iskola 11-14	Gesztenyész rúd			Sertés párizsis Félbarna kenyér Margarinnal Póréhagymakarikával			Szendvics sonkás Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóborkával			Sonkás-kukoricás pizzaszelet			Kifli Kockasajttal		
		Energia: 150.72 Kcal / 630.01 KJ			Energia: 241.97 Kcal / 1,011.43 KJ			Energia: 215.60 Kcal / 901.21 KJ			Energia: 274.22 Kcal / 1,146.24 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
		1.40 g	4.65 g	0.92 g	9.78 g	8.11 g	3.14 g	12.89 g	3.06 g	1.50 g	15.36 g	10.92 g	4.81 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
25.55 g	17.55 g	0.05 g	32.39 g	0.00 g	0.74 g	34.08 g	0.15 g	0.76 g	28.48 g	4.48 g	1.89 g	23.80 g	0.00 g	1.81 g		
6,(5),(8)		1,(7)			1,(7)			1,3,7			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, Pestú út 65.
 Csoportos árnyékszám: 17789-905-5-43
 Alkalmazotti: 03360-4-13
 14.