


Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|---|-------------------------------------|--|---------|---------|--|---------|---------|---|---------|---------|---|---------|---------|--|---------|--------|
|  Tízórai | Iskola felsős 11-14 éves | Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér | | | Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrémes Rozskenyér | | | Tej Mézes Korpás kifli Margarinnal | | | Csipkebogyós tea Rozskenyér Kenőmájással Salátalevéllal Alma | | | Barackos tea Margarinos Rozskenyér Főtt tojáskarikákkal | | |
| | | Energia: 384.14 Kcal / 1,605.71 KJ | | | Energia: 322.48 Kcal / 1,347.97 KJ | | | Energia: 305.82 Kcal / 1,278.33 KJ | | | Energia: 380.40 Kcal / 1,590.07 KJ | | | Energia: 293.94 Kcal / 1,228.67 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 6.59 g | 12.45 g | 9.65 g | 6.71 g | 14.59 g | 9.37 g | 12.22 g | 5.77 g | 2.60 g | 10.41 g | 9.76 g | 7.17 g | 8.47 g | 5.43 g | 5.66 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 60.14 g | 32.03 g | 0.64 g | 40.55 g | 12.60 g | 0.67 g | 51.08 g | 16.20 g | 0.89 g | 61.66 g | 19.99 g | 1.00 g | 52.56 g | 24.98 g | 0.77 g | | |
| 1,7 | | 1,3,4,7,10 | | | 1,7 | | | 1,(6),(7),(10) | | | 1,3,(7) | | | | | |
| Ebéd | Iskola felsős 11-14 éves | Cheddaros sajtkrémleves Nachossal Tavaszi sertésragu Párolt rizszel | | | Májgaluskaleves Mákos tészta Porcukorral | | | Tejfölös karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával | | | Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejbegríz Kakaó szóráttal | | | Pírtott tarhonyaleves Bakonyi sertésragu Orsó tésztával | | |
| | | Energia: 759.65 Kcal / 3,175.34 KJ | | | Energia: 428.98 Kcal / 1,793.14 KJ | | | Energia: 599.78 Kcal / 2,507.08 KJ | | | Energia: 576.29 Kcal / 2,408.89 KJ | | | Energia: 707.72 Kcal / 2,958.27 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 23.54 g | 39.73 g | 12.64 g | 16.93 g | 8.99 g | 1.95 g | 19.91 g | 26.22 g | 7.29 g | 23.10 g | 12.63 g | 3.75 g | 30.73 g | 29.35 g | 8.38 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 74.42 g | 0.05 g | 2.04 g | 70.80 g | 10.03 g | 1.15 g | 70.26 g | 15.02 g | 2.77 g | 92.34 g | 38.66 g | 1.61 g | 79.23 g | 0.02 g | 5.00 g | | |
| 1,7,(3),(6),(10),(11) | | 1,3,9 | | | 1,3,7,9 | | | 1,7 | | | 1,3,7 | | | | | |
| Uzsonna | Iskola felsős 11-14 éves | Kajszibarackos háronszög | | | Sertés párizsis Félbarna kenyér Margarinnal Póréhagymakarikával | | | Szendvics sonkás Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóborkával | | | Sonkás-kukoricás pizza | | | Kifli Kockasajttal | | |
| | | Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ | | | Energia: 229.04 Kcal / 957.39 KJ | | | Energia: 202.67 Kcal / 847.16 KJ | | | Energia: 315.44 Kcal / 1,318.54 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 |
| | | 3.78 g | 18.27 g | 4.87 g | 9.29 g | 8.06 g | 3.13 g | 12.40 g | 3.01 g | 1.49 g | 12.07 g | 11.00 g | 2.04 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 |
| 39.98 g | 20.91 g | 0.67 g | 29.78 g | 0.00 g | 0.74 g | 31.47 g | 0.15 g | 0.76 g | 41.86 g | 2.40 g | 1.16 g | 23.80 g | 0.00 g | 1.81 g | | |
| 1,7,(3),(6),(12) | | 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-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 | |

Eatrend Kft.
 2790 Alhórtisa, Perli út 65.
 Csoportos árúszám: 1783208-5-13
 Adószám: 14893660-4-13
 Élelmézszevető