


Heti étlap 2025.02.24. - 2025.02.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 Tízórai	Iskola alsó 7-10 éves	Tej Mézés Félbarna kenyér Margarinnal	Csipkebogyós tea Zsíros kenyér Lilahagymával	Kakaó Kifli Alma	Citromos tea Tonhalkrémes Rozskenyér Kígyóborkával Sárgabarackos zabrudi	Meggyes tea Margarinos Korpás kenyér Főtt tojáskarikákkal										
		Energia: 334.97 Kcal / 1,400.17 Kj	Energia: 338.48 Kcal / 1,414.85 Kj	Energia: 272.06 Kcal / 1,137.21 Kj	Energia: 325.40 Kcal / 1,360.17 Kj	Energia: 260.99 Kcal / 1,090.94 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.76 g	5.60 g	2.71 g	6.64 g	11.12 g	8.22 g	11.08 g	3.85 g	1.92 g	7.33 g	9.92 g	8.18 g	6.77 g	4.79 g	1.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.18 g	16.20 g	0.33 g	52.43 g	19.99 g	0.71 g	47.75 g	9.99 g	0.69 g	51.25 g	24.23 g	0.73 g	47.48 g	19.99 g	0.83 g		
1,7		1			1,7			1,3,4,7,10			1,3,(7)					
Ebéd	Iskola alsó 7-10 éves	Almás zellerkrémleves Levesgyönggyel Bolognai spagetti Reszelt sajttal	Erőleves Zöldborsó főzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérral	Rántott leves Pírtott kenyérbarkával Sajtos tejszínes sertésragu Párolt rizszel	Sajtgaluska leves Vadas sertésragu Szarvacskas tésztával	Lencseleves Farsangi fánk Baracklevárral Porcukorral										
		Energia: 677.35 Kcal / 2,831.32 Kj	Energia: 532.86 Kcal / 2,227.35 Kj	Energia: 749.61 Kcal / 3,133.37 Kj	Energia: 684.44 Kcal / 2,860.96 Kj	Energia: 965.35 Kcal / 4,035.16 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		29.50 g	29.87 g	10.83 g	18.56 g	18.66 g	2.51 g	26.39 g	34.87 g	8.40 g	29.31 g	29.18 g	8.26 g	23.97 g	47.71 g	8.19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
72.59 g	2.31 g	2.22 g	73.22 g	12.05 g	1.26 g	81.78 g	0.04 g	1.54 g	75.86 g	0.65 g	3.07 g	109.13 g	23.15 g	1.70 g		
1,3,7,9,(6),(12)		1,3,7,9			1,7,9			1,3,7,9,10,(12)			1,3,7,10,(12)					
Uzsonna	Iskola alsó 7-10 éves	Kenőmájjas Korpás kifli Kígyóborkával	Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal	Margarinos Teljes kiőrlésű kenyér Sajt szelettel	Helyben sült rácsos túrós táska	Diákcsomagolás Zsemle Margarinnal Paprikával										
		Energia: 199.52 Kcal / 833.99 Kj	Energia: 220.86 Kcal / 923.19 Kj	Energia: 229.85 Kcal / 960.77 Kj	Energia: 308.00 Kcal / 1,287.44 Kj	Energia: 204.29 Kcal / 853.93 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.35 g	6.23 g	2.35 g	7.44 g	8.51 g	3.32 g	10.80 g	8.05 g	4.32 g	8.97 g	18.46 g	5.70 g	7.40 g	6.24 g	2.39 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27.30 g	3.85 g	0.79 g	28.56 g	0.00 g	0.96 g	28.47 g	0.00 g	0.54 g	26.37 g	0.00 g	1.46 g	29.60 g	0.00 g	0.59 g		
1,(6),(7),(10)		1,(7)			1,7			1,3,6,7,(8),(11),(12)			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 adatszám: 17783408-5-16
 Adatszám: 14893560-4-13

Élelmezésvezető