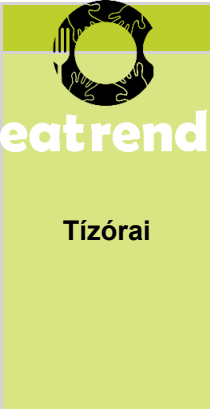


Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <p>Tízórai</p>	<p>Iskola felső 11-14 éves</p>	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér			Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrémes Korpás kenyér			Tej Mézes Korpás kifli Margarinnal			Csipkebogyós tea Kenőmájjasos Rozskenyér Salátalevéllal Alma			Barackos tea Margarinos Korpás kenyér Főtt tojáskarikákkal		
		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)				
<p>Ebéd</p>	<p>Iskola felső 11-14 éves</p>	Cheddaros sajtkrémleves Pírtott kenyérbakkal Tavaszi sertésragu Párolt rizszel Alma			Májgaluskaleves Mákos tészta			Tejfölös karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával Félbarna kenyérral			Álföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Morzsás nudli Baracklevéllel Porcukorral			Rántott leves Pírtott kenyérbakkal Bakonyi sertésragu Orsó tésztával		
		Energia: 837.69 Kcal / 3,501.54 KJ			Energia: 410.21 Kcal / 1,714.68 KJ			Energia: 677.37 Kcal / 2,831.41 KJ			Energia: 712.04 Kcal / 2,976.33 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	8.75 g	15.18 g	7.66 g	2.04 g	22.85 g	26.52 g	7.38 g	24.99 g	9.40 g	1.76 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	0.00 g	0.93 g	70.87 g	10.03 g	0.82 g	85.95 g	15.02 g	2.77 g	129.50 g	24.25 g	2.20 g	72.28 g	0.04 g	1.53 g		
1,7,(3),(6),(10),(11)			1,3,9			1,3,7,9			1,(12)			1,3,7				
<p>Uzsonna</p>	<p>Iskola felső 11-14 éves</p>	Helyben sült kakaós csiga			Sertés párizsis Félbarna kenyér Margarinnal Póréhagymakarikával			Szendvics sonkás Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóborkával			Helyben sült sonkás kukoricás pizza			Kifli Kockasajttal		
		Energia: 163.83 Kcal / 684.81 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
		1.81 g	8.77 g	2.34 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
19.20 g	10.04 g	0.32 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		
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 | |

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Csoportos adószám: 17783408-5-15
Adószám: 14893560-4-13

Élelmezésvezető