


Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Tízórai	Iskola alsó 7-10 éves	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér		Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrémes Korpás kenyér		Tej Mézes Korpás kifli Margarinnal		Csipkebogyós tea Kenőmájasos Rozskenyér Salátalevéllél Almával			Barackos tea Főtt tojáskarikák Korpás kenyér Margarinnal					
		Energia: 340.39 Kcal / 1,422.83 KJ		Energia: 255.71 Kcal / 1,068.87 KJ		Energia: 273.11 Kcal / 1,141.60 KJ		Energia: 305.84 Kcal / 1,278.41 KJ			Energia: 263.09 Kcal / 1,099.72 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		6.97 g	8.57 g	8.10 g	4.83 g	9.15 g	3.40 g	12.18 g	5.77 g	2.60 g	8.92 g	6.54 g	6.54 g	7.16 g	4.86 g	1.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.33 g	27.98 g	0.70 g	38.09 g	10.40 g	0.72 g	42.98 g	8.10 g	0.89 g	52.41 g	19.99 g	0.92 g	47.49 g	19.98 g	0.83 g		
1,7		1,3,4,7,10		1,7		1,(6),(7),(10)			1,3,(7)							
Ebéd	Iskola alsó 7-10 éves	Cheddaros sajtkrémeleves pirított kenyérboc Tavaszi sertésragu Párolt rizszel		Májgaluskaleves Mákos metélt porcukor szórat		Tejfőlös karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával Félbarna kenyérral		Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejbebríz Kakaó szóráttal			Rántott leves Pirított kenyérboc Bakonyi sertésragu Orsó tésztával					
		Energia: 563.51 Kcal / 2,355.47 KJ		Energia: 508.58 Kcal / 2,125.86 KJ		Energia: 514.39 Kcal / 2,150.15 KJ		Energia: 500.97 Kcal / 2,094.05 KJ			Energia: 481.04 Kcal / 2,010.75 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		17.49 g	28.13 g	9.17 g	21.72 g	11.48 g	5.20 g	17.10 g	19.42 g	5.13 g	18.74 g	9.92 g	2.91 g	22.53 g	18.76 g	5.65 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.18 g	0.04 g	1.53 g	79.85 g	29.18 g	1.57 g	67.07 g	8.01 g	1.44 g	83.80 g	34.46 g	1.24 g	55.03 g	0.02 g	4.94 g		
1,7,(3),(6),(10),(11)		1,3,7,9		1,3,7,9		1,7			1,3,7							
Uzsonna	Iskola alsó 7-10 éves	Helybensült kakaós csiga		Sertés párizsis Zsemle Félbarna kenyér Póréhagymával		Szendvics sonkás Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóborkával		Helybensült sonkás- kukoricás pizza			Kifli Kockasajttal					
		Energia: 163.83 Kcal / 684.81 KJ		Energia: 202.71 Kcal / 847.33 KJ		Energia: 201.42 Kcal / 841.94 KJ		Energia: 308.62 Kcal / 1,290.03 KJ			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		1.81 g	8.77 g	2.34 g	7.28 g	6.05 g	2.42 g	10.57 g	2.91 g	1.38 g	12.49 g	9.99 g	3.02 g	7.94 g	6.53 g	3.82 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	29.75 g	0.00 g	0.58 g	33.21 g	0.11 g	0.53 g	42.00 g	0.10 g	1.30 g	23.30 g	0.00 g	1.11 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-csillagfürt | 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.
2740 Albertfalva, Pálfi út 69.
Csaléti központ: T: 23-301-6-13
E: info@eatrend.hu
2025.03.17. 11:05:04-13

Élelmezésvezető