

Heti étlap 2025.03.03. - 2025.03.07.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola felső 11-14 éves	Tej Kifli			Citromos tea Házi sajtkrém Rozskenyér Salátalevéllel			Csipkebogyós tea Kolbászkrémes Rozskenyér Kígyóborkával			Gyümölcs joghurt Kíflivel			Erdei gyümölcsös tea Sült húskrémes Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsommal		
		Energia: 206.34 Kcal / 862.50 KJ			Energia: 311.44 Kcal / 1,301.82 KJ			Energia: 351.00 Kcal / 1,467.18 KJ			Energia: 275.39 Kcal / 1,151.13 KJ			Energia: 309.86 Kcal / 1,295.21 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.56 g	3.28 g	1.73 g	7.92 g	8.49 g	8.87 g	7.89 g	12.58 g	10.19 g	9.35 g	6.07 g	3.23 g	8.64 g	11.71 g	4.94 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		33.40 g	0.00 g	0.68 g	50.42 g	19.98 g	0.96 g	51.07 g	23.84 g	0.83 g	45.25 g	12.99 g	0.90 g	41.97 g	12.00 g	0.31 g
		1,7			1,7			1,7			1,7			1,7,10,(12)		
Ebéd	Iskola felső 11-14 éves	Sárgarépakrémleves Levesgyönggyel Sertéspörkölt Párolt rizzsel			Tavaszi zöldségleves Burgonyafőzelék Pulykavagdalt Félbarna kenyérral			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Káposztás tészta Porcukorral Alma			Vajgaluskaleves Eatrend sertésragu Bulgurral			Vegyes gyümölcsleves Spenótos-sonkás rakott tészta		
		Energia: 843.65 Kcal / 3,526.46 KJ			Energia: 591.17 Kcal / 2,471.09 KJ			Energia: 622.79 Kcal / 2,603.26 KJ			Energia: 723.61 Kcal / 3,024.69 KJ			Energia: 728.96 Kcal / 3,047.05 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		20.34 g	45.24 g	10.95 g	24.87 g	22.54 g	3.83 g	25.07 g	14.48 g	2.66 g	24.71 g	34.84 g	9.76 g	31.33 g	29.68 g	8.84 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		87.59 g	8.29 g	2.43 g	72.67 g	0.01 g	2.99 g	96.88 g	13.99 g	2.21 g	81.98 g	0.03 g	4.41 g	86.19 g	20.78 g	4.27 g
		1,3,7			1,3,7,9			1,3			1,3,7,9,(6)			1,3,7		
Uzsonna	Iskola felső 11-14 éves	Sertés párizsis Korpás kenyér Margarinnal Kígyóborkával			Zala felvágottas Zsemle Margarinnal			Sajtos pogácsa			Tavaszi felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Kaliforniai Paprikával			Zöldfűszeres kockasajt Kíflivel Mandarin		
		Energia: 227.38 Kcal / 950.45 KJ			Energia: 215.04 Kcal / 898.87 KJ			Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ			Energia: 223.61 Kcal / 934.69 KJ			Energia: 184.04 Kcal / 769.29 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9.48 g	8.23 g	3.26 g	8.80 g	7.14 g	2.78 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g	8.96 g	7.21 g	2.60 g	10.10 g	4.58 g	2.44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		28.79 g	3.85 g	0.83 g	28.84 g	0.00 g	0.72 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g	30.65 g	0.00 g	0.70 g	25.20 g	0.00 g	0.79 g
		1,(7)			1,(7)			1,3,7			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 Danubia Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Cseportos adószám: 17783408-5-10
 Adószám: 26215833-4-13
Élelmezésvetítő