

Heti étlap 2025.06.16. - 2025.06.20.

 Tízórai	Iskola alsó 7-10 éves	hétfő			kedd						csütörtök			péntek		
		Tejeskávé[7] Kalács[1,3,7]			Meggyes tea Tonhalas sajtkrém[4,7] Teljes kiőrlésű kenyér[1] Kígyóuborkával			Citromos tea Kolbászkrém[7] Rozskenyér[1], Póréhagymakarikával			Erdei gyümölcsös limonádé Baconos vajkrém [7,(1,3,6,10,11)] Teljes kiőrlésű kenyér[1] Kaliforniai Paprikával			Narancsos limonádé Hot-dog[1,7] Ketchuppal		
		Energia: 395.40 Kcal / 1,652.77 KJ			Energia: 300.66 Kcal / 1,256.76 KJ			Energia: 313.82 Kcal / 1,311.77 KJ			Energia: 290.29 Kcal / 1,213.41 KJ			Energia: 176.86 Kcal / 739.27 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.88 g	9.31 g	4.23 g	7.53 g	8.04 g	4.58 g	7.54 g	8.58 g	8.00 g	6.90 g	10.25 g	4.36 g	11.75 g	12.38 g	4.70 g
Ebéd	Iskola alsó 7-10 éves	Tojásleves[1,3] Vadas sertésragu[1,7,10,(12)] Szarvacska tésztával[1,3]			Daragaluska leves[1,3,9] Párolt sertésszelet[1,10] Almamártással[1,7]			Alföldi gulyásleves Tejbedara[1,7] Kakaó szóráttal Alma			Meggyleves[1,7] Eatrend dínóburger [1,3,7,11,(6,8)] Héjas steak burgonyával			Zöldborsóleves[1,9] Bolognai spagetti[1,3,6,7,12] Reszelt sajttal[7]		
		Energia: 623.63 Kcal / 2,606.77 KJ			Energia: 358.73 Kcal / 1,499.49 KJ			Energia: 622.05 Kcal / 2,600.17 KJ			Energia: 814.14 Kcal / 3,403.11 KJ			Energia: 650.99 Kcal / 2,721.14 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		27.42 g	27.62 g	7.40 g	19.24 g	11.64 g	4.49 g	23.67 g	12.57 g	3.67 g	20.72 g	31.50 g	8.20 g	31.15 g	27.58 g	8.77 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
Uzsonna	Iskola alsó 7-10 éves	Soproni felvágottas Rozskenyér[1] Margarinnal(7) Paprikával			Helyben sült meggyes táská [1,7,(3,6,12)]			Bécsi felvágottas Zsemle[1] Margarinnal(7) Zabrudli[1,6,(5,7,8,11)]			Amerikai fánk [1,6,7,(3,5,8,11)]			Helyben sült kajszibarackos háromszög[1,7,(3,6,12)] Alma		
		Energia: 245.58 Kcal / 1,026.52 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 626.86 Kcal / 2,620.27 KJ			Energia: 436.00 Kcal / 1,822.48 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.22 g	9.35 g	7.71 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	13.84 g	23.51 g	12.72 g	6.30 g	25.00 g	13.00 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		31.05 g	0.00 g	1.60 g	39.98 g	20.91 g	0.67 g	85.56 g	22.00 g	1.15 g	45.00 g	15.00 g	1.30 g	39.98 g	20.91 g	0.67 g

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 Danubia Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Csoportos adószám: 17783408-6-10
Adószám: 26215833-4-13
Élelmezésvetető