

## Heti étlap 2025.02.03. - 2025.02.07.

|                              |  | hétfő   | kedd  | szerda  | csütörtök  | péntek  |
|------------------------------|--|---|---|---|--|---|
| <b>Tízórai</b>               | <b>Tej és rozslisztmentes 4-6 éves</b> | Herba tea<br>Olasz felvágottas<br>Diétás pékáru BL<br>Liga margarinnal                              | Rizstej<br>Liga margarinós<br>Diétás pékáru BL  | Herba tea<br>Sült hagymakrémes<br>Diétás pékáru BL                            | Rizstej<br>Szilvalekváros<br>Diétás pékáru BL<br>Liga margarinnal                  | Herba tea<br>Növényi szendvicskrémes<br>Diétás pékáru BL<br>Jégcsapretekkel |
|                              |  | Energia: 248.89 Kcal / 1,040.36 Kj  | Energia: 211.76 Kcal / 885.16 Kj  | Energia: 177.04 Kcal / 740.03 Kj  | Energia: 232.45 Kcal / 971.64 Kj   | Energia: 106.47 Kcal / 445.04 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   |
|                              |  | 2.81 g    20.16 g    6.09 g   | 0.13 g    15.92 g    4.03 g   | 0.18 g    13.08 g    3.48 g   | 0.26 g    15.92 g    4.03 g  | 0.47 g    4.82 g    4.21 g  |
|                              |  | Szénhidrát    Cukor    Só   | Szénhidrát    Cukor    Só   | Szénhidrát    Cukor    Só   | Szénhidrát    Cukor    Só  | Szénhidrát    Cukor    Só   |
| 13.69 g    13.39 g    1.04 g | 16.09 g    8.03 g    0.20 g            | 14.37 g    13.39 g    0.43 g  | 21.00 g    11.64 g    0.21 g  | 15.38 g    16.51 g    0.33 g  |  |   |
| 1                            | 1                                      | 1   | 1,(12)  | 1   |  |   |
| <b>Ebéd</b>                  | <b>Tej és rozslisztmentes 4-6 éves</b> | Sárgaborsókrémleves<br>Kolbászmozrsával<br><br>Sertéspörkölt<br>Orsó tésztával<br>Káposztasalátával | Magyaros csipetkeleves<br><br>Tökfőzelék<br>Sült bécsi virslivel<br>Diétás pékáruval BL | Húsgaluskafeves<br><br>Grízes tészta<br>Baracklevárral<br>Porcukorral<br>Alma | Paradicsomleves<br>Betűtésztával<br><br>Zöldséges pulykavagdalt<br>Burgonyapürével | Tojásleves<br><br>Temesvári sertésragu<br>Párolt rizszel                    |
|                              |  | Energia: 595.09 Kcal / 2,487.48 Kj  | Energia: 370.22 Kcal / 1,547.52 Kj  | Energia: 555.65 Kcal / 2,322.62 Kj  | Energia: 608.67 Kcal / 2,544.24 Kj   | Energia: 519.95 Kcal / 2,173.39 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   |
|                              |  | 28.94 g    22.26 g    4.47 g  | 20.72 g    38.52 g    11.20 g   | 15.18 g    8.96 g    1.66 g   | 24.51 g    15.21 g    3.31 g   | 16.32 g    26.72 g    6.12 g  |
|                              |  | Szénhidrát    Cukor    Só   | Szénhidrát    Cukor    Só   | Szénhidrát    Cukor    Só   | Szénhidrát    Cukor    Só  | Szénhidrát    Cukor    Só   |
| 69.01 g    2.43 g    2.84 g  | 53.70 g    2.01 g    0.80 g            | 102.56 g    22.70 g    1.58 g   | 92.31 g    31.55 g    2.94 g  | 52.96 g    0.01 g    2.59 g   |  |   |
| 1,3                          | 1,3,9                                  | 1,3,9,(12)  | 1,3,9   | 1,3,9   |  |   |
| <b>Uzsonna</b>               | <b>Tej és rozslisztmentes 4-6 éves</b> | Vaníliás szív   | Diétás pékáru BL<br>Kenőmájással<br>(allergénmentes)<br>Kígyóborkával                   | Diákcsemegés<br>Diétás pékáru BL<br>Liga margarinnal                          | Zala felvágottas<br>Diétás pékáru BL<br>Liga margarinnal<br>Salátalevéellel        | Liga margarinós<br>Diétás pékáru BL<br>Violífe növényi sajt<br>szelettel    |
|                              |  | Energia: 221.05 Kcal / 923.99 Kj  | Energia: 72.72 Kcal / 303.97 Kj   | Energia: 156.80 Kcal / 655.42 Kj  | Energia: 169.06 Kcal / 706.67 Kj   | Energia: 136.33 Kcal / 569.86 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   |
|                              |  | 0.84 g    5.10 g    1.50 g  | 2.92 g    5.45 g    2.19 g  | 1.59 g    16.52 g    4.71 g   | 2.85 g    17.20 g    4.97 g  | 0.07 g    14.69 g    3.80 g   |
|                              |  | Szénhidrát    Cukor    Só   | Szénhidrát    Cukor    Só   | Szénhidrát    Cukor    Só   | Szénhidrát    Cukor    Só  | Szénhidrát    Cukor    Só   |
| 41.10 g    2.10 g    0.58 g  | 2.96 g    2.48 g    0.24 g             | 0.26 g    0.00 g    0.52 g  | 0.53 g    0.00 g    0.60 g  | 0.83 g    0.00 g    0.20 g  |  |   |
| 1                            | 1                                      | 1   | 1   | 1   |  |   |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: [minosegbiztositas@eatrend.hu](mailto: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.**  
 2750 Albertirsa, Pesli út 65.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 14893560-4-13  
 23.

**Élelmezésvezető**