


Heti étlap 2025.03.10. - 2025.03.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola alsó	Kakaó Vajas molnárka			Csipkebogyós tea Eatrend Tepertőkrémes Korpás kenyér Póréhagymakarikával			Almás-fahéjas tea Rozskenyér Sajtos tonhalkrémmel			Tej Barackleváros Korpás kenyér Margarinnal			Citromos tea Csicseriborsó krém Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 329.25 Kcal / 1,376.27 KJ			Energia: 302.36 Kcal / 1,263.86 KJ			Energia: 329.68 Kcal / 1,378.06 KJ			Energia: 301.23 Kcal / 1,259.14 KJ			Energia: 290.25 Kcal / 1,213.25 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.67 g	8.32 g	3.88 g	5.91 g	9.13 g	0.00 g	8.44 g	8.07 g	4.52 g	10.84 g	5.36 g	2.53 g	6.88 g	6.52 g	2.36 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
50.54 g	12.39 g	0.89 g	48.71 g	15.99 g	0.70 g	55.32 g	13.99 g	0.70 g	52.22 g	12.46 g	1.03 g	50.61 g	11.99 g	0.79 g		
1,3,7			1,3,7,10,(12)			1,4,7			1,7,(12)			1,7,10,(12)				
Ebéd	Iskola alsó	Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Paprikás burgonya Céklasalátával			Csontleves Toszkán paradicsomos csirke Penne tésztával			Brokkolikrémleves Pírtott kenyérkockával Pásztortarhonya Káposztasalátával Alma			Zöldborsóleves Paradicsomos káposztafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral			Hamis palócgulyás Tejberizs Gyümölcsraguval		
		Energia: 453.94 Kcal / 1,897.47 KJ			Energia: 431.38 Kcal / 1,803.17 KJ			Energia: 731.45 Kcal / 3,057.46 KJ			Energia: 556.86 Kcal / 2,327.67 KJ			Energia: 578.47 Kcal / 2,418.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.90 g	27.18 g	9.58 g	17.43 g	9.72 g	0.04 g	27.06 g	26.92 g	6.37 g	22.34 g	28.73 g	2.31 g	21.55 g	14.22 g	4.17 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
62.03 g	5.09 g	5.56 g	68.20 g	0.04 g	0.52 g	93.42 g	5.03 g	3.66 g	51.68 g	0.05 g	2.96 g	90.03 g	12.00 g	2.16 g		
1,3,7,15,(6),(10),(11),(12)			1,3,9			1,3,7			1,9			1,7				
Uzsonna	Iskola alsó	Rozskenyér Szendvics sonkával Margarinnal Sós-karamellás zabrudi			Helybensült csokoládékrémes rúd			Paprikás szalámis Zsemle Margarinnal			Sajt szeletes Zsemle Margarinnal Salátalevéllal			Helyben sült kajszibarackos háromszög		
		Energia: 197.76 Kcal / 826.64 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 228.02 Kcal / 953.12 KJ			Energia: 228.89 Kcal / 956.76 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
		10.50 g	3.36 g	5.53 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	7.64 g	9.22 g	1.03 g	10.29 g	7.98 g	4.41 g	3.78 g	18.27 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31.34 g	0.00 g	1.22 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	28.55 g	0.00 g	0.57 g	28.90 g	0.00 g	0.97 g	39.98 g	0.00 g	0.00 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(7)			1,7			1,7,(3),(6),(12)				

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-csillagfűrt	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 Arrabona Zrt.
9024 Győr Hunyadi u. 14.
Leier City Center „A” Irodaház
Csoportos adószám: 14783408-8-13
6.

Élelmezésvezető