


Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola felső	Barackos tea Sárgarépás sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér			Kakaó Kifli			Barackos tea Magyaros vajkrémes Korpás kenyér Póréhagymakarikával			Citromos tea Padlizsánkrémes Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával			Tej Túró rudi krém Korpás kenyér		
		Energia: 345.70 Kcal / 1,445.03 KJ			Energia: 247.08 Kcal / 1,032.79 KJ			Energia: 350.55 Kcal / 1,465.30 KJ			Energia: 360.40 Kcal / 1,506.47 KJ			Energia: 273.82 Kcal / 1,144.57 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7.28 g	10.94 g	0.04 g	10.84 g	3.31 g	1.92 g	5.23 g	12.45 g	5.80 g	6.86 g	14.47 g	1.40 g	14.16 g	5.44 g	2.81 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54.02 g	15.99 g	0.58 g	43.41 g	9.99 g	0.68 g	53.90 g	15.99 g	0.70 g	50.23 g	11.99 g	0.72 g	41.72 g	2.89 g	0.99 g		
1,7			1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,7,(5),(8)				
Ebéd	Iskola felső	Paradicsomleves Betűtészta Csikós tokány Párolt rizszel			Tojásleves Zöldborsófőzelék Sült virsli Félbarna kenyér			Citromos almaleves Tonhalas spagetti Reszelt sajttal Alma			Póréhagyma-krémleves Pírtott kenyérkockával Párolt sertésszelet Burgonyapürével Párolt zöldséggel			Lencseleves Dejós tészta		
		Energia: 880.05 Kcal / 3,678.61 KJ			Energia: 614.66 Kcal / 2,569.28 KJ			Energia: 773.33 Kcal / 3,232.52 KJ			Energia: 478.49 Kcal / 2,000.09 KJ			Energia: 671.55 Kcal / 2,807.08 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		22.83 g	36.14 g	8.32 g	27.45 g	33.11 g	6.03 g	30.39 g	28.57 g	7.63 g	24.12 g	16.34 g	4.10 g	28.30 g	19.11 g	2.43 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
114.74 g	31.97 g	4.86 g	86.93 g	10.00 g	4.70 g	102.42 g	19.98 g	2.23 g	46.64 g	0.01 g	4.09 g	95.74 g	10.49 g	0.92 g		
1,3,7,9			1,3,7			1,3,4,7,9,(6),(12)			1,7,(3),(6),(10),(12)			1,3,7,8,10,(5),(12)				
Uzsonna	Iskola felső	Helyben sült vaníliakrémes táska			Mátrai csemege szalámi Korpás kenyér Margarinnal Paprikával			Helyben sült sajtkrémes rúd			Csirkemellsonkás Zsemle Margarinnal Salátalevéllal			Kockasajt Kifli		
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 177.24 Kcal / 740.86 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 187.68 Kcal / 784.50 KJ			Energia: 259.90 Kcal / 1,086.38 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11.71 g	26.46 g	10.07 g	7.54 g	3.70 g	1.33 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	9.85 g	3.20 g	1.30 g	12.12 g	12.78 g	7.54 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
19.66 g	0.00 g	1.38 g	28.44 g	0.00 g	1.25 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	29.84 g	0.00 g	1.21 g	23.80 g	0.00 g	1.81 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-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Arrabona Zrt.
9024 Győr Hunyadi u. 14.
Leier City Center „A” Irodaház
Csoportos adószám: 19783408-6-13

Élelmezésvezető