


Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <p><b>Reggeli</b></p>	<p><b>(00030)</b> <b>Középiskola A</b></p>	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrém Rozskenyér Tej Gabonagolyó			Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrémes Korpás kenyér Sajtos pogácsa			Tej Mézes Korpás kifli Margarinnal			Csipkebogyós tea Kenőmájásos Rozskenyér Sajt szeletes Zsemle Margarinnal Salátalevéllal			Barackos tea Főtt tojáskarikák Korpás kenyér Margarinnal Vaníliakrémes rúd		
		Energia: 581.87 Kcal / 2,432.22 KJ			Energia: 446.68 Kcal / 1,867.12 KJ			Energia: 506.14 Kcal / 2,115.67 KJ			Energia: 555.07 Kcal / 2,320.19 KJ			Energia: 667.24 Kcal / 2,789.06 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.28 g	10.62 g	9.14 g	7.32 g	22.27 g	7.17 g	19.30 g	9.29 g	3.98 g	19.27 g	14.53 g	10.11 g	18.61 g	31.27 g	11.28 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
105.93 g	19.99 g	1.34 g	53.57 g	12.00 g	1.51 g	86.11 g	24.30 g	1.58 g	86.25 g	19.99 g	1.80 g	77.13 g	19.99 g	2.18 g		
1,7,(3),(5)			1,3,4,7,10			1,7			1,7,(6),(10)			1,3,7,(6),(12)				
<p><b>Ebéd</b></p>	<p><b>(00030)</b> <b>Középiskola A</b></p>	Cheddaros sajtkrémes Nachossal Tavaszi sertésragu Párolt rizssel			Májgaluskaleves Túrós-barackos rakott tészta			Tejfölös karfiollevés Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával			Rántott leves Pírtott kenyérkockával Bakonyi sertésragu Orsó tésztával Alma			Hamis gulyásleves Félbarna kenyér Tejbegríz Kakaó szórat		
		Energia: 1,008.12 Kcal / 4,213.94 KJ			Energia: 850.71 Kcal / 3,555.97 KJ			Energia: 929.32 Kcal / 3,884.56 KJ			Energia: 967.13 Kcal / 4,042.60 KJ			Energia: 987.74 Kcal / 4,128.75 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		31.79 g	55.75 g	11.03 g	33.82 g	18.49 g	0.46 g	31.42 g	37.54 g	7.50 g	41.10 g	43.85 g	4.54 g	28.34 g	11.72 g	3.24 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
90.88 g	0.00 g	2.60 g	137.63 g	0.05 g	0.89 g	115.13 g	15.03 g	4.08 g	100.48 g	0.05 g	1.43 g	191.46 g	58.46 g	3.40 g		
1,7,(3),(6),(10),(11)			1,3,7,9			1,3,7,9			1,3,7			1,7,9,(3),(6),(12)				
<p><b>Vacsora</b></p>	<p><b>(00030)</b> <b>Középiskola A</b></p>	Gyümölcsös tea Félbarna kenyér Turista felvágottal Margarinnal Paradicsommal			Gyümölcsös tea Sonkás kenyérlángos			Gyümölcsös tea Nudli Porcukorral			Gyümölcsös tea Rántott sertésszelet Burgonyapürével			Energia: Kcal / 0.00 KJ		
		Energia: 493.35 Kcal / 2,062.20 KJ			Energia: 638.99 Kcal / 2,670.98 KJ			Energia: 627.39 Kcal / 2,622.49 KJ			Energia: 1,224.57 Kcal / 5,118.70 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.33 g	10.35 g	3.18 g	23.98 g	18.28 g	0.00 g	16.23 g	0.68 g	0.00 g	34.92 g	73.93 g	9.90 g	g	g	g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
84.42 g	19.99 g	3.00 g	93.92 g	19.99 g	0.00 g	136.10 g	29.98 g	0.98 g	102.36 g	19.99 g	3.97 g	g	g	g		
1,(7)			1,7			1			1,3,7			1,3,7,(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-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

**Jó étvágyat kívánunk!**

Eatrend Arrabona Zrt.  
9024 Győr Hunyadi u. 14.  
Leifer City Center „A” Irodaház  
Csoportos adószám: 13783408-5-13  
6.   
Elemezésvezető