


Heti étlap 2025.02.24. - 2025.02.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Középiskola	Tej Mézes félbarna kenyér Margarinnal Helyben sült sajtkrémes rúd			Csipkebogyós tea Rozskenyér Magyaros vajkrémmel Kifli Tavaszi felvágottal Margarinnal			Kakaó Vajas molnárnka Sült húskrém Félbarna kenyér Jégcsapretek Alma			Citromos tea Rozskenyér Tonhalkrémmel Kígyóuborkával Zsemle Sárgabarackos Zabrudai			Meggyes tea Korpás kenyér Főtt tojáskarikák Margarinnal Kifli Olasz felvágottal Paradicsommal		
		Energia: 342.89 Kcal / 1,433.28 Kj			Energia: 572.09 Kcal / 2,391.34 Kj			Energia: 516.54 Kcal / 2,159.14 Kj			Energia: 880.91 Kcal / 3,682.20 Kj			Energia: 478.98 Kcal / 2,002.14 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		22.43 g	8.66 g	6.55 g	13.15 g	22.34 g	14.35 g	20.07 g	12.03 g	5.56 g	23.80 g	20.51 g	16.48 g	13.47 g	13.27 g	4.82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
90.06 g	12.15 g	3.29 g	79.02 g	19.99 g	1.55 g	81.50 g	16.11 g	2.07 g	149.08 g	19.99 g	2.46 g	76.14 g	24.98 g	2.15 g		
1,7			1,7			1,7,10,(12)			1,3,4,7,10			1,3,(7)				
Ebéd	Középiskola	Almás zellerkrémleves Levesgyönggyel Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Erőleves Zöldborsófőzelék Panírozott dinóval Félbarna kenyérral			Rántott leves Pírtott kenyérkockával Tejszínes-sajtos sertésragu Párolt rizszel			Sajtgaluskaleves Vadas sertésragu Szarvacska tésztával			Lencseleves Farsangi fánk Baracklevárral Porcukorral		
		Energia: 1,009.24 Kcal / 4,218.62 Kj			Energia: 816.22 Kcal / 3,411.80 Kj			Energia: 1,111.29 Kcal / 4,645.19 Kj			Energia: 957.82 Kcal / 4,003.69 Kj			Energia: 1,331.64 Kcal / 5,566.26 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		40.03 g	55.09 g	10.45 g	24.86 g	33.00 g	3.15 g	37.62 g	56.47 g	10.24 g	40.35 g	44.09 g	10.91 g	33.67 g	65.11 g	11.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
88.66 g	5.26 g	1.23 g	105.00 g	10.11 g	7.51 g	111.47 g	0.05 g	3.35 g	99.53 g	1.07 g	3.44 g	151.56 g	29.68 g	2.39 g		
1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,9			1,7,9			1,3,7,9,10,(12)			1,3,7,10,(12)				
Vacsora	Középiskola	Cseresznyés tea Zsemle Zala felvágottal Natúr vajkrémmel			Citromos tea Sertéspaprikás Bulgurral körettel			Almás-fahéjas tea Gyros tál			Epres tea Paprikás burgonya Félbarna kenyérral Csemege uborkával					
		Energia: 629.15 Kcal / 2,629.85 Kj			Energia: 1,020.61 Kcal / 4,266.15 Kj			Energia: 526.87 Kcal / 2,202.32 Kj			Energia: 959.86 Kcal / 4,012.21 Kj					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		16.12 g	23.13 g	10.32 g	32.06 g	50.01 g	6.88 g	11.84 g	5.63 g	3.76 g	31.32 g	31.56 g	9.12 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
88.25 g	19.99 g	1.83 g	115.16 g	19.99 g	2.14 g	104.95 g	19.99 g	1.03 g	135.55 g	19.99 g	9.95 g					
1,7			1,7			7,9,(1),(10)			1,9,15,(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-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 Arrábona Zrt.
 9024 Győr Hunyadi u. 14.
 Leier City Center „A” Irodaház
 Csoportos adószám: 17783408-5-13
 6.

Élelmezésvezető