


Heti étlap 2025.03.10. - 2025.03.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Iskola</b> <b>7-14 éves</b>	Kakaó Kaláccsal			Csipkebogyós tea Eatrendes tepertőkrém Korpás kenyér Póréhagymakarikával			Almás-fahéjas tea Csicseriborsókrémes Rozskenyér Alma			Tej Baracklekváros Korpás kenyér Margarinnal			Citromos tea Tonhalkrémes Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 325.14 Kcal / 1,359.09 KJ			Energia: 302.36 Kcal / 1,263.86 KJ			Energia: 325.21 Kcal / 1,359.38 KJ			Energia: 301.23 Kcal / 1,259.14 KJ			Energia: 294.72 Kcal / 1,231.93 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12.67 g	8.02 g	3.71 g	5.91 g	9.13 g	3.59 g	7.77 g	6.94 g	7.23 g	10.84 g	5.36 g	2.53 g	7.55 g	7.65 g	4.10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
50.40 g	12.39 g	0.89 g	48.71 g	19.99 g	0.92 g	57.43 g	24.98 g	0.91 g	52.22 g	12.46 g	1.03 g	48.50 g	19.98 g	0.33 g		
1,3,7			1,3,7,10,(12)			1,7,10,(12)			1,7,(12)			1,4,7				
<b>Ebéd</b>	<b>Iskola</b> <b>7-14 éves</b>	Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Paprikás burgonya Céklasalátával			Csontleves Toszkán paradicsomos csirke Penne tésztával Sajtszórattal			Kertészleves Pásztortarhonya Csemege uborkával			Zöldborsóleves Paradicsomos káposztafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral			Brokkolikrémleves Pírtott kenyérkockával Nudli Porcukorszórattal		
		Energia: 453.94 Kcal / 1,897.47 KJ			Energia: 431.38 Kcal / 1,803.17 KJ			Energia: 601.05 Kcal / 2,512.39 KJ			Energia: 556.86 Kcal / 2,327.67 KJ			Energia: 676.51 Kcal / 2,827.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		17.90 g	27.18 g	8.83 g	17.43 g	9.72 g	2.24 g	18.76 g	13.55 g	3.94 g	22.34 g	28.73 g	6.85 g	26.07 g	26.21 g	7.63 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
62.03 g	5.11 g	3.99 g	68.20 g	3.05 g	2.48 g	99.42 g	24.73 g	2.46 g	51.68 g	2.05 g	2.63 g	82.87 g	8.02 g	3.84 g		
1,3,7,9,15,(6),(10),(11),(12)			1,3,9			1,7,9			1,9			1,3,7,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>Iskola</b> <b>7-14 éves</b>	Szendvics sonkás Rozskenyér Margarinnal Sós-karamellás zabrudi			Helybensült csokoládékrémes rúd			Paprikás szalámis Zsemle Margarinnal			Sajt szeletes Zsemle Margarinnal Salátalevéllel			Helybensült 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: 225.06 Kcal / 940.75 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.50 g	3.36 g	5.53 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	7.64 g	9.22 g	3.45 g	9.99 g	7.68 g	4.41 g	3.78 g	18.27 g	4.87 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	0.72 g	28.92 g	0.00 g	0.52 g	39.98 g	18.16 g	0.67 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-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 |               |

**FOODLIKE HUNGARY KFT.**

1027 Budapest, Bem József utca 9. fsz. 40.

Adószám: 24757373-2-11

C.j.sz.: 01-09-012626

9024 Győr, Hunyadi utca 14. A.ép. 2. m.

Jó étvágyat kívánunk!

*Foodlike Galbonye*

Élelmezésvezető