


Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola 7-14 éves	Barackos tea Sárgarépás sajkrémes Teljes kiőrlésű kenyér			Kakaó Kifli			Barackos tea Magyaros vajkrémes Korpás kenyér Póréhagymával Alma			Citromos tea Padlizsánkrémes Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborkával			Tej Túró rudi krémes Korpás kenyér		
		Energia: 299.42 Kcal / 1,251.58 Kj			Energia: 247.08 Kcal / 1,032.79 Kj			Energia: 295.25 Kcal / 1,234.15 Kj			Energia: 321.96 Kcal / 1,345.79 Kj			Energia: 269.93 Kcal / 1,128.31 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.86 g	7.47 g	3.32 g	10.84 g	3.31 g	1.75 g	4.70 g	8.41 g	3.87 g	6.62 g	10.42 g	4.14 g	13.81 g	5.21 g	2.65 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
50.74 g	21.98 g	0.34 g	43.41 g	9.99 g	0.68 g	49.76 g	21.98 g	0.70 g	49.99 g	20.73 g	0.60 g	41.62 g	2.83 g	0.98 g		
1,7			1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,7,(5),(8)				
Ebéd	Iskola 7-14 éves	Paradicsomleves Betűtésztával Csíkos tokány Párolt rizszel			Tojásleves Zöldborsó főzelék Főtt bécsi virsli Félbarna kenyérral			Citromos almaleves Tonhalas spagetti Reszelt sajttal			Póréhagyma-krémleves Pírtott kenyérkockával Párolt sertésszelet Burgonyapürével Párolt zöldséggel			Lencseleves Dejős tészta		
		Energia: 833.59 Kcal / 3,484.41 Kj			Energia: 505.01 Kcal / 2,110.94 Kj			Energia: 687.95 Kcal / 2,875.63 Kj			Energia: 475.98 Kcal / 1,989.60 Kj			Energia: 714.08 Kcal / 2,984.85 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		22.18 g	34.32 g	8.85 g	24.51 g	32.81 g	7.56 g	27.14 g	18.31 g	2.96 g	24.09 g	16.33 g	4.60 g	30.09 g	31.18 g	10.64 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
107.97 g	27.97 g	4.40 g	63.26 g	12.00 g	2.01 g	102.24 g	10.49 g	1.38 g	46.06 g	0.05 g	5.42 g	82.70 g	18.10 g	2.84 g		
1,3,7,9			1,3,7			1,3,7,8,10,(5),(12)			1,7,(3),(6),(10),(12)			1,3,4,7,(6),(12)				
Uzsonna	Iskola 7-14 éves	Helybensült vaníliakrémes rúd			Mátrai diákcsemegés Korpás kenyér Margarinnal Paprikával			Helybensült sajtkrémes rúd Zabrudai			Csirkemellsonkás Zsemle Margarinnal Salátalevéllel			Kifli Kockasajttal		
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 Kj			Energia: 177.24 Kcal / 740.86 Kj			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 Kj			Energia: 176.01 Kcal / 735.72 Kj			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 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	8.10 g	2.91 g	1.21 g	7.94 g	6.53 g	3.82 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	29.34 g	0.00 g	0.55 g	23.30 g	0.00 g	1.11 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-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer | |

FOODLIKE HUNGARY KFT.

1027 Budapest, Bem József utca 9. fsz.
Adószám: 24757373-2-11
C.j.sz.: 01-09-413626

Jó étvágyat kívánunk!

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

Élelmezésvezető