

Heti étlap 2025. 03. 31-től 04. 06-ig

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
Reggeli	Felnőtt	Tej Snidlinges vajkrémes kenyér	Tej Tonhalkrémes kenyér	Tej Mézes-margarinos korpás kifli	Tej Kenőmájásos kenyér Uborkával	Gyümölcsös tea Főtt tojáskarrikák Margarinos kenyérrrel	Kakaó kaláccsal	Tej Olasz felvágott Sajtkrémes kenyérrrel Póréhagymával
		Energia: 555.63 Kcal / 2.322.53 KJ	Energia: 608.01 Kcal / 2.541.48 KJ	Energia: 562.36 Kcal / 2.350.66 KJ	Energia: 713.14 Kcal / 2.980.93 KJ	Energia: 452.77 Kcal / 1.892.58 KJ	Energia: 492.43 Kcal / 2.058.36 KJ	Energia: 524.53 Kcal / 2.192.54 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		19.08 g 21.22 g 10.17 g	24.20 g 21.11 g 11.60 g	21.43 g 9.96 g 4.33 g	24.36 g 17.13 g 7.64 g	16.27 g 11.33 g 5.07 g	15.41 g 10.39 g 3.61 g	23.94 g 15.64 g 6.57 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
71.42 g 0.00 g 1.81 g	79.59 g 0.00 g 3.27 g	96.46 g 24.30 g 1.69 g	114.55 g 28.37 g 1.65 g	71.01 g 12.99 g 1.73 g	84.02 g 19.99 g 3.15 g	71.76 g 0.00 g 2.73 g		
	1,7	1,7	1,(7)	1,7	1,7	1,(7)	1,7	
Tízórai	Felnőtt	kakaós csiga	nápolyi natúr joghurttal	korpovit keksz	pizzás csiga	gyümölcsjoghurt	kockasajt kiflivel	zabrudai
		Energia: 66.11 Kcal / 276.34 KJ	Energia: 224.47 Kcal / 938.28 KJ	Energia: 259.90 Kcal / 1.086.38 KJ	Energia: 87.94 Kcal / 367.59 KJ	Energia: 682.38 Kcal / 2.852.35 KJ	Energia: 157.45 Kcal / 658.14 KJ	Energia: 166.11 Kcal / 694.34 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		6.80 g 0.20 g 0.11 g	4.08 g 5.50 g 1.52 g	12.12 g 12.78 g 7.54 g	2.05 g 5.35 g 2.23 g	7.56 g 36.54 g 9.74 g	1.95 g 0.15 g 0.00 g	5.59 g 5.79 g 3.13 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
9.20 g 0.00 g 0.60 g	39.40 g 11.40 g 0.48 g	23.80 g 0.00 g 1.81 g	7.80 g 5.93 g 0.09 g	79.96 g 36.32 g 1.34 g	36.30 g 0.00 g 0.08 g	22.45 g 12.99 g 0.49 g		
	1,(3)	1,(3),(5),(7),(8)	7,(1)	7	7	7,(1)	1,3,7	
Ebéd	Felnőtt	Cheddaros sajtkrémleves Levesgyönggyel Tavaszi sertésragu Párolt rizszel	Májgaluska leves Mákos tészta Porcukorszóráttal	Tejfőlös karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérrrel	Hamis gulyásleves Zöldséges rizottó	Rántott leves Pírtott kenyérkockával Grízes tészta Káposztasalátával	Lencsegyulás Félbarna kenyérrrel Sajtos pogácsa	Erőleves Sertéspaprikás Tarhonyakréttel Csemege uborkával
		Energia: 1.024.61 Kcal / 4.282.87 KJ	Energia: 994.59 Kcal / 4.157.39 KJ	Energia: 824.58 Kcal / 3.446.74 KJ	Energia: 818.79 Kcal / 3.422.54 KJ	Energia: 640.08 Kcal / 2.675.53 KJ	Energia: 1.283.51 Kcal / 5.365.07 KJ	Energia: 843.53 Kcal / 3.525.96 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		48.19 g 34.51 g 8.49 g	36.36 g 49.18 g 12.46 g	33.94 g 35.69 g 8.05 g	32.61 g 34.51 g 12.38 g	25.84 g 13.32 g 2.96 g	26.70 g 59.46 g 15.76 g	35.30 g 44.50 g 11.08 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
129.03 g 0.02 g 5.73 g	99.98 g 0.01 g 5.51 g	90.95 g 0.04 g 6.13 g	92.41 g 0.05 g 8.41 g	104.53 g 15.02 g 2.78 g	158.39 g 43.64 g 3.02 g	75.97 g 0.05 g 1.34 g		
	1,15,(3),(10),(12)	1,3,7,(5),(8)	1,7,9,(3)	1,3,7,9	1,3,7,9			
Uzsonna	Felnőtt	alma	narancs	gyümölcslé	körte	mandarin	banán	kivi
		Energia: 365.04 Kcal / 1.525.87 KJ	Energia: 79.49 Kcal / 332.27 KJ	Energia: 27.20 Kcal / 113.70 KJ	Energia: 38.74 Kcal / 161.93 KJ	Energia: 80.63 Kcal / 337.03 KJ	Energia: 295.69 Kcal / 1.235.98 KJ	Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		4.92 g 26.20 g 7.16 g	0.60 g 0.45 g 0.00 g	0.24 g 0.00 g 0.00 g	0.80 g 1.00 g 0.00 g	0.60 g 0.30 g 0.00 g	11.37 g 9.80 g 4.53 g	0.60 g 0.60 g 0.00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
26.96 g 0.00 g 1.58 g	18.00 g 0.00 g 0.01 g	6.00 g 5.76 g 0.00 g	6.00 g 0.00 g 0.01 g	18.10 g 0.00 g 0.01 g	40.05 g 14.99 g 0.67 g	10.50 g 0.00 g 0.02 g		
Vacsora	Felnőtt	Gyümölcsstea Bécsi felvágott Margarinos kenyérrrel Uborkával	Gyümölcsstea Párizsi felvágott Margarinos kenyérrrel Póréhagymával	Rántott sajt Főtt burgonyával	Gyümölcsstea Füstölt-főtt tarja Margarinos kenyérrrel Paradicsommal	Tej Magyaros vajkrémes kenyér Paprikával	Gyümölcsstea Füstölt kolbász Margarinos kenyérrrel Hónapos retekkel	Gyümölcsstea Tepertő (f.a.) Diákcsemege (f.a.) Félbarna kenyér Kaliforniai paprika
		Energia: 569.23 Kcal / 2.379.38 KJ	Energia: 483.17 Kcal / 2.019.65 KJ	Energia: 746.93 Kcal / 3.122.17 KJ	Energia: 478.60 Kcal / 2.000.55 KJ	Energia: 455.84 Kcal / 1.905.41 KJ	Energia: 616.03 Kcal / 2.575.01 KJ	Energia: 542.62 Kcal / 2.268.15 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		17.77 g 17.63 g 6.40 g	13.73 g 11.62 g 4.04 g	15.73 g 14.42 g 2.45 g	19.17 g 6.47 g 2.17 g	17.92 g 5.49 g 10.80 g	24.56 g 21.18 g 11.62 g	17.97 g 15.31 g 5.43 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
84.48 g 19.99 g 4.21 g	80.23 g 19.99 g 1.86 g	137.22 g 54.66 g 1.18 g	85.64 g 19.99 g 3.37 g	83.05 g 19.99 g 1.92 g	81.06 g 0.00 g 3.28 g	82.88 g 19.99 g 3.78 g		
	1,(6)	1,(7)	1,1	1,(7)	1,7	1,7	1,15	

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

- 1-glutén
- 2-rák
- 3-tojás
- 4-hal
- 5-földimogyoró
- 6-szója
- 7-tejfe
- 8-dióf
- 9-zelle
- 10-mustár
- 11-szezám
- 12-kéndioxid-s
- 13-csillagfűrt
- 14-puhatestűek
- 15-mesterséges édesítőszer

**FOODLIKE HUNGARY KFT.**  
 1027 Budapest, Bem József utca 9. /sz. 10.  
 Adószám: 24757373-2-11  
 C.j.sz.: 01-09-00000000  
 9024 Győr, Hunyadi utca 14. A.é. Z. m.  
 Jó étvágyat kívánunk!  
 Elemezésvezető