


Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek																																																																																																																							
 Tízórai	Iskola 7-14 éves	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér	Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrémes Korpás kenyér	Tej Mézes Félbarna kenyér Margarinnal	Csipkebogyós tea Kenőmájasos Rozskenyér Salátalevéllal	Barackos tea Főtt tojáskarikák Korpás kenyér Margarinnal																																																																																																																							
		Energia: 328.98 Kcal / 1,375.14 KJ	Energia: 264.16 Kcal / 1,104.19 KJ	Energia: 305.82 Kcal / 1,278.33 KJ	Energia: 306.41 Kcal / 1,280.79 KJ	Energia: 269.63 Kcal / 1,127.05 KJ																																																																																																																							
		<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> </tr> <tr> <td>7.10 g</td> <td>8.59 g</td> <td>8.10 g</td> <td>4.86 g</td> <td>9.16 g</td> <td>3.40 g</td> <td>12.22 g</td> <td>5.77 g</td> <td>2.60 g</td> <td>8.98 g</td> <td>6.55 g</td> <td>6.54 g</td> <td>6.90 g</td> <td>4.81 g</td> <td>1.52 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	7.10 g	8.59 g	8.10 g	4.86 g	9.16 g	3.40 g	12.22 g	5.77 g	2.60 g	8.98 g	6.55 g	6.54 g	6.90 g	4.81 g	1.52 g	<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> </tr> <tr> <td>7.10 g</td> <td>8.59 g</td> <td>8.10 g</td> <td>4.86 g</td> <td>9.16 g</td> <td>3.40 g</td> <td>12.22 g</td> <td>5.77 g</td> <td>2.60 g</td> <td>8.98 g</td> <td>6.55 g</td> <td>6.54 g</td> <td>6.90 g</td> <td>4.81 g</td> <td>1.52 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	7.10 g	8.59 g	8.10 g	4.86 g	9.16 g	3.40 g	12.22 g	5.77 g	2.60 g	8.98 g	6.55 g	6.54 g	6.90 g	4.81 g	1.52 g	<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> </tr> <tr> <td>7.10 g</td> <td>8.59 g</td> <td>8.10 g</td> <td>4.86 g</td> <td>9.16 g</td> <td>3.40 g</td> <td>12.22 g</td> <td>5.77 g</td> <td>2.60 g</td> <td>8.98 g</td> <td>6.55 g</td> <td>6.54 g</td> <td>6.90 g</td> <td>4.81 g</td> <td>1.52 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	7.10 g	8.59 g	8.10 g	4.86 g	9.16 g	3.40 g	12.22 g	5.77 g	2.60 g	8.98 g	6.55 g	6.54 g	6.90 g	4.81 g	1.52 g	<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> </tr> <tr> <td>7.10 g</td> <td>8.59 g</td> <td>8.10 g</td> <td>4.86 g</td> <td>9.16 g</td> <td>3.40 g</td> <td>12.22 g</td> <td>5.77 g</td> <td>2.60 g</td> <td>8.98 g</td> <td>6.55 g</td> <td>6.54 g</td> <td>6.90 g</td> <td>4.81 g</td> <td>1.52 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	7.10 g	8.59 g	8.10 g	4.86 g	9.16 g	3.40 g	12.22 g	5.77 g	2.60 g	8.98 g	6.55 g	6.54 g	6.90 g	4.81 g	1.52 g
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																																													
		7.10 g	8.59 g	8.10 g	4.86 g	9.16 g	3.40 g	12.22 g	5.77 g	2.60 g	8.98 g	6.55 g	6.54 g	6.90 g	4.81 g	1.52 g																																																																																																													
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																																															
7.10 g	8.59 g	8.10 g	4.86 g	9.16 g	3.40 g	12.22 g	5.77 g	2.60 g	8.98 g	6.55 g	6.54 g	6.90 g	4.81 g	1.52 g																																																																																																															
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																																															
7.10 g	8.59 g	8.10 g	4.86 g	9.16 g	3.40 g	12.22 g	5.77 g	2.60 g	8.98 g	6.55 g	6.54 g	6.90 g	4.81 g	1.52 g																																																																																																															
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																																															
7.10 g	8.59 g	8.10 g	4.86 g	9.16 g	3.40 g	12.22 g	5.77 g	2.60 g	8.98 g	6.55 g	6.54 g	6.90 g	4.81 g	1.52 g																																																																																																															
<table border="1"> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>55.33 g</td> <td>24.98 g</td> <td>0.70 g</td> <td>40.09 g</td> <td>12.40 g</td> <td>0.72 g</td> <td>51.08 g</td> <td>16.20 g</td> <td>0.89 g</td> <td>52.44 g</td> <td>19.99 g</td> <td>0.92 g</td> <td>49.48 g</td> <td>21.98 g</td> <td>0.83 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	55.33 g	24.98 g	0.70 g	40.09 g	12.40 g	0.72 g	51.08 g	16.20 g	0.89 g	52.44 g	19.99 g	0.92 g	49.48 g	21.98 g	0.83 g	<table border="1"> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>55.33 g</td> <td>24.98 g</td> <td>0.70 g</td> <td>40.09 g</td> <td>12.40 g</td> <td>0.72 g</td> <td>51.08 g</td> <td>16.20 g</td> <td>0.89 g</td> <td>52.44 g</td> <td>19.99 g</td> <td>0.92 g</td> <td>49.48 g</td> <td>21.98 g</td> <td>0.83 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	55.33 g	24.98 g	0.70 g	40.09 g	12.40 g	0.72 g	51.08 g	16.20 g	0.89 g	52.44 g	19.99 g	0.92 g	49.48 g	21.98 g	0.83 g	<table border="1"> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>55.33 g</td> <td>24.98 g</td> <td>0.70 g</td> <td>40.09 g</td> <td>12.40 g</td> <td>0.72 g</td> <td>51.08 g</td> <td>16.20 g</td> <td>0.89 g</td> <td>52.44 g</td> <td>19.99 g</td> <td>0.92 g</td> <td>49.48 g</td> <td>21.98 g</td> <td>0.83 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	55.33 g	24.98 g	0.70 g	40.09 g	12.40 g	0.72 g	51.08 g	16.20 g	0.89 g	52.44 g	19.99 g	0.92 g	49.48 g	21.98 g	0.83 g	<table border="1"> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>55.33 g</td> <td>24.98 g</td> <td>0.70 g</td> <td>40.09 g</td> <td>12.40 g</td> <td>0.72 g</td> <td>51.08 g</td> <td>16.20 g</td> <td>0.89 g</td> <td>52.44 g</td> <td>19.99 g</td> <td>0.92 g</td> <td>49.48 g</td> <td>21.98 g</td> <td>0.83 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	55.33 g	24.98 g	0.70 g	40.09 g	12.40 g	0.72 g	51.08 g	16.20 g	0.89 g	52.44 g	19.99 g	0.92 g	49.48 g	21.98 g	0.83 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																																															
55.33 g	24.98 g	0.70 g	40.09 g	12.40 g	0.72 g	51.08 g	16.20 g	0.89 g	52.44 g	19.99 g	0.92 g	49.48 g	21.98 g	0.83 g																																																																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																																															
55.33 g	24.98 g	0.70 g	40.09 g	12.40 g	0.72 g	51.08 g	16.20 g	0.89 g	52.44 g	19.99 g	0.92 g	49.48 g	21.98 g	0.83 g																																																																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																																															
55.33 g	24.98 g	0.70 g	40.09 g	12.40 g	0.72 g	51.08 g	16.20 g	0.89 g	52.44 g	19.99 g	0.92 g	49.48 g	21.98 g	0.83 g																																																																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																																															
55.33 g	24.98 g	0.70 g	40.09 g	12.40 g	0.72 g	51.08 g	16.20 g	0.89 g	52.44 g	19.99 g	0.92 g	49.48 g	21.98 g	0.83 g																																																																																																															
1,7	1,3,4,7,10	1,7	1,(6),(7),(10)	1,3,(7)																																																																																																																									
Ebéd	Iskola 7-14 éves	Cheddaros sajtkrémleves Nachosszal Tavaszi sertésragu Párolt rizszel	Májgaluskaleves Mákos tészta	Tejfölös karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérral	Hamis gulyásleves Zöldséges rizottó	Rántott leves Pírtott kenyérkockával Grízes tészta Porcukorszórat																																																																																																																							
		Energia: 751.09 Kcal / 3,139.56 KJ	Energia: 611.42 Kcal / 2,555.74 KJ	Energia: 668.03 Kcal / 2,792.37 KJ	Energia: 622.05 Kcal / 2,600.17 KJ	Energia: 608.18 Kcal / 2,542.19 KJ																																																																																																																							
		<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> </tr> <tr> <td>23.51 g</td> <td>38.80 g</td> <td>12.53 g</td> <td>26.66 g</td> <td>14.13 g</td> <td>6.43 g</td> <td>22.42 g</td> <td>26.42 g</td> <td>7.37 g</td> <td>23.67 g</td> <td>12.57 g</td> <td>3.67 g</td> <td>28.33 g</td> <td>23.07 g</td> <td>6.88 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	23.51 g	38.80 g	12.53 g	26.66 g	14.13 g	6.43 g	22.42 g	26.42 g	7.37 g	23.67 g	12.57 g	3.67 g	28.33 g	23.07 g	6.88 g	<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> </tr> <tr> <td>23.51 g</td> <td>38.80 g</td> <td>12.53 g</td> <td>26.66 g</td> <td>14.13 g</td> <td>6.43 g</td> <td>22.42 g</td> <td>26.42 g</td> <td>7.37 g</td> <td>23.67 g</td> <td>12.57 g</td> <td>3.67 g</td> <td>28.33 g</td> <td>23.07 g</td> <td>6.88 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	23.51 g	38.80 g	12.53 g	26.66 g	14.13 g	6.43 g	22.42 g	26.42 g	7.37 g	23.67 g	12.57 g	3.67 g	28.33 g	23.07 g	6.88 g	<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> </tr> <tr> <td>23.51 g</td> <td>38.80 g</td> <td>12.53 g</td> <td>26.66 g</td> <td>14.13 g</td> <td>6.43 g</td> <td>22.42 g</td> <td>26.42 g</td> <td>7.37 g</td> <td>23.67 g</td> <td>12.57 g</td> <td>3.67 g</td> <td>28.33 g</td> <td>23.07 g</td> <td>6.88 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	23.51 g	38.80 g	12.53 g	26.66 g	14.13 g	6.43 g	22.42 g	26.42 g	7.37 g	23.67 g	12.57 g	3.67 g	28.33 g	23.07 g	6.88 g	<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> </tr> <tr> <td>23.51 g</td> <td>38.80 g</td> <td>12.53 g</td> <td>26.66 g</td> <td>14.13 g</td> <td>6.43 g</td> <td>22.42 g</td> <td>26.42 g</td> <td>7.37 g</td> <td>23.67 g</td> <td>12.57 g</td> <td>3.67 g</td> <td>28.33 g</td> <td>23.07 g</td> <td>6.88 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	23.51 g	38.80 g	12.53 g	26.66 g	14.13 g	6.43 g	22.42 g	26.42 g	7.37 g	23.67 g	12.57 g	3.67 g	28.33 g	23.07 g	6.88 g
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																																													
		23.51 g	38.80 g	12.53 g	26.66 g	14.13 g	6.43 g	22.42 g	26.42 g	7.37 g	23.67 g	12.57 g	3.67 g	28.33 g	23.07 g	6.88 g																																																																																																													
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																																															
23.51 g	38.80 g	12.53 g	26.66 g	14.13 g	6.43 g	22.42 g	26.42 g	7.37 g	23.67 g	12.57 g	3.67 g	28.33 g	23.07 g	6.88 g																																																																																																															
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																																															
23.51 g	38.80 g	12.53 g	26.66 g	14.13 g	6.43 g	22.42 g	26.42 g	7.37 g	23.67 g	12.57 g	3.67 g	28.33 g	23.07 g	6.88 g																																																																																																															
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																																															
23.51 g	38.80 g	12.53 g	26.66 g	14.13 g	6.43 g	22.42 g	26.42 g	7.37 g	23.67 g	12.57 g	3.67 g	28.33 g	23.07 g	6.88 g																																																																																																															
<table border="1"> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>74.34 g</td> <td>0.05 g</td> <td>1.99 g</td> <td>94.66 g</td> <td>33.44 g</td> <td>1.90 g</td> <td>84.22 g</td> <td>15.02 g</td> <td>2.59 g</td> <td>102.75 g</td> <td>38.66 g</td> <td>1.44 g</td> <td>71.21 g</td> <td>0.04 g</td> <td>1.53 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	74.34 g	0.05 g	1.99 g	94.66 g	33.44 g	1.90 g	84.22 g	15.02 g	2.59 g	102.75 g	38.66 g	1.44 g	71.21 g	0.04 g	1.53 g	<table border="1"> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>74.34 g</td> <td>0.05 g</td> <td>1.99 g</td> <td>94.66 g</td> <td>33.44 g</td> <td>1.90 g</td> <td>84.22 g</td> <td>15.02 g</td> <td>2.59 g</td> <td>102.75 g</td> <td>38.66 g</td> <td>1.44 g</td> <td>71.21 g</td> <td>0.04 g</td> <td>1.53 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	74.34 g	0.05 g	1.99 g	94.66 g	33.44 g	1.90 g	84.22 g	15.02 g	2.59 g	102.75 g	38.66 g	1.44 g	71.21 g	0.04 g	1.53 g	<table border="1"> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>74.34 g</td> <td>0.05 g</td> <td>1.99 g</td> <td>94.66 g</td> <td>33.44 g</td> <td>1.90 g</td> <td>84.22 g</td> <td>15.02 g</td> <td>2.59 g</td> <td>102.75 g</td> <td>38.66 g</td> <td>1.44 g</td> <td>71.21 g</td> <td>0.04 g</td> <td>1.53 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	74.34 g	0.05 g	1.99 g	94.66 g	33.44 g	1.90 g	84.22 g	15.02 g	2.59 g	102.75 g	38.66 g	1.44 g	71.21 g	0.04 g	1.53 g	<table border="1"> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>74.34 g</td> <td>0.05 g</td> <td>1.99 g</td> <td>94.66 g</td> <td>33.44 g</td> <td>1.90 g</td> <td>84.22 g</td> <td>15.02 g</td> <td>2.59 g</td> <td>102.75 g</td> <td>38.66 g</td> <td>1.44 g</td> <td>71.21 g</td> <td>0.04 g</td> <td>1.53 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	74.34 g	0.05 g	1.99 g	94.66 g	33.44 g	1.90 g	84.22 g	15.02 g	2.59 g	102.75 g	38.66 g	1.44 g	71.21 g	0.04 g	1.53 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																																															
74.34 g	0.05 g	1.99 g	94.66 g	33.44 g	1.90 g	84.22 g	15.02 g	2.59 g	102.75 g	38.66 g	1.44 g	71.21 g	0.04 g	1.53 g																																																																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																																															
74.34 g	0.05 g	1.99 g	94.66 g	33.44 g	1.90 g	84.22 g	15.02 g	2.59 g	102.75 g	38.66 g	1.44 g	71.21 g	0.04 g	1.53 g																																																																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																																															
74.34 g	0.05 g	1.99 g	94.66 g	33.44 g	1.90 g	84.22 g	15.02 g	2.59 g	102.75 g	38.66 g	1.44 g	71.21 g	0.04 g	1.53 g																																																																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																																															
74.34 g	0.05 g	1.99 g	94.66 g	33.44 g	1.90 g	84.22 g	15.02 g	2.59 g	102.75 g	38.66 g	1.44 g	71.21 g	0.04 g	1.53 g																																																																																																															
1,7,(3),(6),(10),(11)	1,3,7,9	1,3,7,9	1,7	1,3,7																																																																																																																									
Uzsonna	Iskola 7-14 éves	Helybensült kakaós csiga	Sertés párizsi Margarinos Félbarna kenyérral Póréhagymával	Szendvics sonkás Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóuborkával	Helybensült sonkás- kukoricás pizza	Kifli Kockasajttal																																																																																																																							
		Energia: 163.83 Kcal / 684.81 KJ	Energia: 205.80 Kcal / 860.24 KJ	Energia: 202.59 Kcal / 846.83 KJ	Energia: 308.62 Kcal / 1,290.03 KJ	Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ																																																																																																																							
		<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> </tr> <tr> <td>1.81 g</td> <td>8.77 g</td> <td>2.34 g</td> <td>7.38 g</td> <td>6.08 g</td> <td>2.42 g</td> <td>10.67 g</td> <td>2.92 g</td> <td>1.45 g</td> <td>12.49 g</td> <td>9.99 g</td> <td>3.02 g</td> <td>7.94 g</td> <td>6.53 g</td> <td>3.82 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	1.81 g	8.77 g	2.34 g	7.38 g	6.08 g	2.42 g	10.67 g	2.92 g	1.45 g	12.49 g	9.99 g	3.02 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g	<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> </tr> <tr> <td>1.81 g</td> <td>8.77 g</td> <td>2.34 g</td> <td>7.38 g</td> <td>6.08 g</td> <td>2.42 g</td> <td>10.67 g</td> <td>2.92 g</td> <td>1.45 g</td> <td>12.49 g</td> <td>9.99 g</td> <td>3.02 g</td> <td>7.94 g</td> <td>6.53 g</td> <td>3.82 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	1.81 g	8.77 g	2.34 g	7.38 g	6.08 g	2.42 g	10.67 g	2.92 g	1.45 g	12.49 g	9.99 g	3.02 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g	<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> </tr> <tr> <td>1.81 g</td> <td>8.77 g</td> <td>2.34 g</td> <td>7.38 g</td> <td>6.08 g</td> <td>2.42 g</td> <td>10.67 g</td> <td>2.92 g</td> <td>1.45 g</td> <td>12.49 g</td> <td>9.99 g</td> <td>3.02 g</td> <td>7.94 g</td> <td>6.53 g</td> <td>3.82 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	1.81 g	8.77 g	2.34 g	7.38 g	6.08 g	2.42 g	10.67 g	2.92 g	1.45 g	12.49 g	9.99 g	3.02 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g	<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> </tr> <tr> <td>1.81 g</td> <td>8.77 g</td> <td>2.34 g</td> <td>7.38 g</td> <td>6.08 g</td> <td>2.42 g</td> <td>10.67 g</td> <td>2.92 g</td> <td>1.45 g</td> <td>12.49 g</td> <td>9.99 g</td> <td>3.02 g</td> <td>7.94 g</td> <td>6.53 g</td> <td>3.82 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	1.81 g	8.77 g	2.34 g	7.38 g	6.08 g	2.42 g	10.67 g	2.92 g	1.45 g	12.49 g	9.99 g	3.02 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																																													
		1.81 g	8.77 g	2.34 g	7.38 g	6.08 g	2.42 g	10.67 g	2.92 g	1.45 g	12.49 g	9.99 g	3.02 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g																																																																																																													
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																																															
1.81 g	8.77 g	2.34 g	7.38 g	6.08 g	2.42 g	10.67 g	2.92 g	1.45 g	12.49 g	9.99 g	3.02 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g																																																																																																															
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																																															
1.81 g	8.77 g	2.34 g	7.38 g	6.08 g	2.42 g	10.67 g	2.92 g	1.45 g	12.49 g	9.99 g	3.02 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g																																																																																																															
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																																																																																															
1.81 g	8.77 g	2.34 g	7.38 g	6.08 g	2.42 g	10.67 g	2.92 g	1.45 g	12.49 g	9.99 g	3.02 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g																																																																																																															
<table border="1"> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>19.20 g</td> <td>10.04 g</td> <td>0.32 g</td> <td>30.35 g</td> <td>0.00 g</td> <td>0.58 g</td> <td>33.38 g</td> <td>0.15 g</td> <td>0.53 g</td> <td>42.00 g</td> <td>0.10 g</td> <td>1.30 g</td> <td>23.30 g</td> <td>0.00 g</td> <td>1.11 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	19.20 g	10.04 g	0.32 g	30.35 g	0.00 g	0.58 g	33.38 g	0.15 g	0.53 g	42.00 g	0.10 g	1.30 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g	<table border="1"> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>19.20 g</td> <td>10.04 g</td> <td>0.32 g</td> <td>30.35 g</td> <td>0.00 g</td> <td>0.58 g</td> <td>33.38 g</td> <td>0.15 g</td> <td>0.53 g</td> <td>42.00 g</td> <td>0.10 g</td> <td>1.30 g</td> <td>23.30 g</td> <td>0.00 g</td> <td>1.11 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	19.20 g	10.04 g	0.32 g	30.35 g	0.00 g	0.58 g	33.38 g	0.15 g	0.53 g	42.00 g	0.10 g	1.30 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g	<table border="1"> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>19.20 g</td> <td>10.04 g</td> <td>0.32 g</td> <td>30.35 g</td> <td>0.00 g</td> <td>0.58 g</td> <td>33.38 g</td> <td>0.15 g</td> <td>0.53 g</td> <td>42.00 g</td> <td>0.10 g</td> <td>1.30 g</td> <td>23.30 g</td> <td>0.00 g</td> <td>1.11 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	19.20 g	10.04 g	0.32 g	30.35 g	0.00 g	0.58 g	33.38 g	0.15 g	0.53 g	42.00 g	0.10 g	1.30 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g	<table border="1"> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>19.20 g</td> <td>10.04 g</td> <td>0.32 g</td> <td>30.35 g</td> <td>0.00 g</td> <td>0.58 g</td> <td>33.38 g</td> <td>0.15 g</td> <td>0.53 g</td> <td>42.00 g</td> <td>0.10 g</td> <td>1.30 g</td> <td>23.30 g</td> <td>0.00 g</td> <td>1.11 g</td> </tr> </table>	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	19.20 g	10.04 g	0.32 g	30.35 g	0.00 g	0.58 g	33.38 g	0.15 g	0.53 g	42.00 g	0.10 g	1.30 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																																															
19.20 g	10.04 g	0.32 g	30.35 g	0.00 g	0.58 g	33.38 g	0.15 g	0.53 g	42.00 g	0.10 g	1.30 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g																																																																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																																															
19.20 g	10.04 g	0.32 g	30.35 g	0.00 g	0.58 g	33.38 g	0.15 g	0.53 g	42.00 g	0.10 g	1.30 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g																																																																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																																															
19.20 g	10.04 g	0.32 g	30.35 g	0.00 g	0.58 g	33.38 g	0.15 g	0.53 g	42.00 g	0.10 g	1.30 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g																																																																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																																															
19.20 g	10.04 g	0.32 g	30.35 g	0.00 g	0.58 g	33.38 g	0.15 g	0.53 g	42.00 g	0.10 g	1.30 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-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 | |

FOODLIKE HUNGARY KFT.

1027 Budapest, Bem József utca 9. fsz. 10. étvágyat kívánunk!

Adószám: 24757373-2-11

C.j.sz.: 01-09-02629

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

Élelmezésvezető