

Heti étlap 2024. 07. 15-től 21-ig

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
Reggeli	Felnőtt	Tej Mézes-margarinos kenyér	Tej Tojásrántotta Zsemlével Lilahagymával	Tej Padlizsánkrémes kenyér Uborkával	Tej Tojáskrémes kenyér	Kakaó kaláccsal	Tej Natúr sajtkrémes kenyér Póréhagymával	Tej Körözöttes kenyér Lilahagymával
		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	korporvit keksz kefirrel	nápolyi	keksz	gyümölcsjoghurt	kockasajt kiflivel	túró rudi	natúr joghurt
		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	Kukoricagaluska leves Temesvári sertésragu Rizskörettel	Füstölt sajtos Karfiol krémleves Levesgyönggyel Sertéspörkölt tarhonyakörettel	Paradicsomleves Halfasírt Újhangyás törtburgonyával	Jókai bableves Félbarna kenyérral Meggyes-kakaós Piskótakocka	Csontleves Zöldborsó főzelék Bécsi virslivel Félbarna kenyérral	Bakonyi betyárleves Félbarna kenyérral Túrós derelye	Vajgaluska leves Csirkepaprikás Tésztakörettel
		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	sárgadinnye	gyümölcslé	szilva	nektarin	görögdiinnye	banán
		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 Csirkemell sonka Margarinos kenyérral Paprikával	Gyümölcsstea Diákcsemege Margarinos kenyérral Paradicsommal	Palacsinta Baracklevárral, kakaóval Porcukorszórral	Gyümölcsstea Zalai felvágott Margarinos kenyérral Paprikával	Gyümölcsstea Olasz felvágott Margarinos kenyérral Paradicsommal	Gyümölcsstea Füstölt-főtt tarja Margarinos kenyérral Uborkával	Gyümölcsstea Párizsi felvágott Margarinos kenyérral Kaliforniai paprikával
		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-csillagfürt
- 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.ép. Z. m.

10 étvágyat kívánunk!

Elemezésvezető