


Heti étlap 2025.02.17. - 2025.02.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Gyöngyös Iskola</b> <b>7-10 éves FN</b> <b>(A)</b>	Csokis tejtital Kifli			Magyaros vajkrémes Korpás kenyér			Barackleváros Zsemle Margarinnal			Sült paprikakrémes Korpás kenyér			Sokmagvas sajtkrémes Korpás zsemle		
		Energia: 174.28 Kcal / 728.49 KJ			Energia: 205.02 Kcal / 856.98 KJ			Energia: 211.71 Kcal / 884.95 KJ			Energia: 196.21 Kcal / 820.16 KJ			Energia: 214.02 Kcal / 894.60 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		6.86 g	0.97 g	0.80 g	4.44 g	8.36 g	3.87 g	4.80 g	2.35 g	1.03 g	4.47 g	7.18 g	3.29 g	6.01 g	8.13 g	4.49 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33.80 g	11.00 g	0.50 g	27.76 g	0.00 g	0.70 g	42.76 g	12.46 g	0.12 g	28.19 g	0.00 g	1.10 g	28.95 g	0.01 g	0.73 g		
1,7			1,7			1,(7),(12)			1,7			1,7,11				
<b>Ebéd</b>	<b>Gyöngyös Iskola</b> <b>7-10 éves FN</b> <b>(A)</b>	Májgaluskaleves Káposztás tészta			Vegyes gyümölcsleves Sertéspörkölt Párolt rizszel Házi káposztasalátával			Lebbencsleves Zoldbabfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérrrel			Vegyes zöldségkrémleves Pírtott kenyérkockával Pusztapörkölt Félbarna kenyérrrel Vitaminsalátával			Tárkonyos csirkeraguleves Vaníliás piskóta Csokoládé öntettel		
		Energia: 394.27 Kcal / 1,648.05 KJ			Energia: 747.43 Kcal / 3,124.26 KJ			Energia: 629.34 Kcal / 2,630.64 KJ			Energia: 689.93 Kcal / 2,883.91 KJ			Energia: 679.77 Kcal / 2,841.44 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		16.14 g	6.04 g	1.12 g	19.97 g	29.22 g	7.69 g	24.37 g	29.73 g	8.13 g	23.56 g	28.51 g	7.17 g	23.39 g	17.30 g	4.24 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
69.44 g	14.02 g	1.87 g	103.19 g	26.19 g	2.17 g	65.05 g	0.01 g	4.80 g	83.33 g	5.01 g	4.31 g	107.25 g	46.48 g	2.44 g		
1,3,9			1,7,9			1,3,7,9			1,7,9			1,3,7,9				
<b>Ebéd</b>	<b>Gyöngyös Iskola</b> <b>7-10 éves FN</b> <b>(B)</b>	Májgaluskaleves Dejós tészta			Vegyes gyümölcsleves Tört burgonya Rántott párizsival			Lebbencsleves Rácós rakott hal			Vegyes zöldségkrémleves Pírtott kenyérkockával Gombás-csirkés rizottó Reszelt sajttal			Tárkonyos csirkeraguleves Túrós tészta		
		Energia: 421.02 Kcal / 1,759.86 KJ			Energia: 557.64 Kcal / 2,330.94 KJ			Energia: 552.43 Kcal / 2,309.16 KJ			Energia: 649.61 Kcal / 2,715.37 KJ			Energia: 562.91 Kcal / 2,352.96 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		18.00 g	8.91 g	1.19 g	11.31 g	26.37 g	3.28 g	22.85 g	17.69 g	5.07 g	31.03 g	25.12 g	5.81 g	31.99 g	20.43 g	8.31 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
67.77 g	10.52 g	1.14 g	69.50 g	18.18 g	2.36 g	73.31 g	0.01 g	3.96 g	74.65 g	0.05 g	2.55 g	62.48 g	0.02 g	2.29 g		
1,3,8,9,(5)			1,3,6,7			1,3,4,7,9			1,7,9			1,3,7,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>Gyöngyös Iskola</b> <b>7-10 éves FN</b> <b>(A)</b>	Soproni felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Salátalevéllel			Kifli Kockasajttal			Tavaszi felvágottas Rozskenyér Margarinnal Kígyóuborkával			Helybensült kakaós csiga			Bécsi felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Jégcsapretekkel		
		Energia: 226.89 Kcal / 948.40 KJ			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ			Energia: 212.57 Kcal / 888.54 KJ			Energia: 163.83 Kcal / 684.81 KJ			Energia: 243.67 Kcal / 1,018.54 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		8.35 g	8.90 g	3.23 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g	8.48 g	6.04 g	6.78 g	1.81 g	8.77 g	2.34 g	8.95 g	8.79 g	3.38 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.27 g	0.00 g	0.98 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g	31.01 g	3.85 g	1.14 g	19.20 g	8.72 g	0.32 g	32.23 g	4.68 g	0.91 g		
1,(7)			1,7			1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			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 |               |

**Jó étvágyat kívánunk!**  
 Eatrend Danubia Kft.  
 2737 Algyőúrsza, Felső út 65.  
 Csoportkísérlet 17783406-5-13  
 Adószám: 24246933-4-10  
 7.  
 Élelmezésvezető