

Heti étlap 2025.01.20. - 2025.01.26.

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|------------------------|---------------------------|---|-------------------------|---------|---|--------------------------|---------|---|-------------------------|---------|--|-------------------------|---------|--|---------|--------|
| eatrend | Reggeli | Epres tej Margarinos Félbarna kenyér Mézzel Margarinos Félbarna kenyér Csirkemell sonkával Kigyóborkával | | | Erdei gyümölcsös tea Sárgarépa sajtvarázskrém Rozskenyér Helyben sült gesztenyés rúd | | | Citromos tea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér Margarinos Zsemle Diáksemegeivel Paprikával | | | Csipkebogyós tea Margarinos Korpás kenyér Sajt szelettel Margarinos Korpás kenyér Tavaszi felvaggal Salátalevelel | | | Barackos tea Köröztes Korpás zsemle Kigyóborkával Gyümölcsjoghurt | | |
| | | Energia: 494,30 Kcal / 2,066,17 KJ | | | Energia: 492,86 Kcal / 2,060,15 KJ | | | Energia: 933,11 Kcal / 3,900,40 KJ | | | Energia: 610,64 Kcal / 2,552,48 KJ | | | Energia: 625,28 Kcal / 2,613,67 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 19,18 g | 6,43 g | 2,90 g | 17,13 g | 24,87 g | 17,45 g | 25,35 g | 27,39 g | 11,69 g | 22,85 g | 21,28 g | 10,77 g | 20,93 g | 9,83 g | 5,49 g |
| Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | | |
| 89,76 g 29,44 g 0,99 g | | | 124,21 g 45,16 g 2,02 g | | | 145,46 g 29,98 g 1,05 g | | | 81,48 g 24,98 g 3,06 g | | | 112,16 g 47,92 g 2,04 g | | | | |
| 1,7 | | | 1,6,7,(5),(8) | | | 1,7,(10) | | | 1,7 | | | 1,7 | | | | |
| Tízórai | Győr Középiskolás (15-18) | Kifli Sonkás kockasajttal | | | Margarinos Zsemle Fokhagymás felvaggal | | | Margarinos Korpás kenyér Zala felvaggal | | | Kenőmájásos Zsemle | | | Vajas pogácsa | | |
| | | Energia: 339,06 Kcal / 1,417,27 KJ | | | Energia: 441,72 Kcal / 1,846,39 KJ | | | Energia: 374,24 Kcal / 1,564,32 KJ | | | Energia: 411,96 Kcal / 1,721,99 KJ | | | Energia: 365,00 Kcal / 1,525,70 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 14,20 g | 10,56 g | 6,14 g | 14,88 g | 17,02 g | 6,64 g | 13,34 g | 11,10 g | 4,13 g | 14,72 g | 11,53 g | 4,30 g | 4,92 g | 26,20 g | 7,16 g |
| Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | | |
| 46,40 g 0,00 g 1,94 g | | | 57,12 g 0,00 g 1,92 g | | | 55,18 g 0,00 g 2,32 g | | | 61,83 g 0,00 g 0,57 g | | | 26,96 g 0,00 g 1,58 g | | | | |
| 1,7 | | | 1,(7) | | | 1,(7) | | | 1,(6),(7),(10) | | | 1,7,(6),(12) | | | | |
| Ebéd | Győr Középiskolás (15-18) | Magyaros karalábéleves Burgonyafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral | | | Kerti zöldségleves Sajtos-sonkás rakott tészta | | | Zselici húsos leves Félbarna kenyérral Tejbegríz Kakaó szóráttal Narancs | | | Sajtkrémleves Nachoszal Mediterrán sertésragu Spanyol rizszel | | | Csontleves Cérumetéllel Paradicsomos húsgombóc Tört burgonyával | | |
| | | Energia: 918,40 Kcal / 3,838,91 KJ | | | Energia: 965,39 Kcal / 4,035,33 KJ | | | Energia: 886,10 Kcal / 3,712,26 KJ | | | Energia: 911,61 Kcal / 3,810,53 KJ | | | Energia: 746,37 Kcal / 3,119,83 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 33,96 g | 42,90 g | 11,62 g | 47,42 g | 46,21 g | 12,57 g | 36,10 g | 10,80 g | 4,48 g | 30,23 g | 43,46 g | 11,73 g | 25,70 g | 33,08 g | 8,43 g |
| Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | | |
| 98,16 g 0,05 g 2,59 g | | | 91,80 g 0,02 g 7,97 g | | | 160,97 g 47,98 g 1,82 g | | | 99,16 g 0,18 g 3,62 g | | | 85,13 g 15,03 g 5,76 g | | | | |
| 1,7,9 | | | 1,3,7,9 | | | 1,7,9 | | | 1,7,9,(10) | | | 1,3,9 | | | | |
| Uzsonna | Győr Középiskolás (15-18) | Margarinos Korpás zsemle Paprikás szalámmal Paprikával | | | Helyben sült meggyes táska | | | Margarinos Zsemle Párizsival | | | Helyben sült sajtkrém rúd | | | Csoki puding Kíftivel | | |
| | | Energia: 415,45 Kcal / 1,736,58 KJ | | | Energia: 682,38 Kcal / 2,852,35 KJ | | | Energia: 393,09 Kcal / 1,643,12 KJ | | | Energia: 328,00 Kcal / 1,371,04 KJ | | | Energia: 229,83 Kcal / 960,69 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 13,86 g | 14,00 g | 5,28 g | 7,56 g | 36,54 g | 9,74 g | 14,16 g | 11,98 g | 4,81 g | 15,98 g | 4,62 g | 7,22 g | 7,84 g | 0,94 g | 0,41 g |
| Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | | |
| 58,41 g 0,00 g 1,94 g | | | 79,96 g 36,32 g 1,34 g | | | 57,08 g 0,00 g 1,15 g | | | 66,56 g 0,00 g 3,38 g | | | 47,24 g 1,30 g 0,83 g | | | | |
| 1,(7) | | | 1,7,(3),(6),(12) | | | 1,(7) | | | 1,7 | | | 1,(7) | | | | |
| Vacsora | Győr Középiskolás (15-18) | Gyümölcsös tea Vajkrém Korpás kenyér Soproni felvaggal Kigyóborkával | | | Gyümölcsös tea Sajtos-tejfölös lángos | | | Gyümölcsös tea Hamburger Sült burgonyával | | | Gyümölcsös tea Gyöngybab főzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral | | | Gyümölcsös tea Margarinos Félbarna kenyérral Főtt tojaskarikával Póréhagymával | | |
| | | Energia: 630,84 Kcal / 2,636,91 KJ | | | Energia: 664,40 Kcal / 2,777,19 KJ | | | Energia: 1,064,34 Kcal / 4,448,94 KJ | | | Energia: 698,94 Kcal / 2,921,57 KJ | | | Energia: 566,06 Kcal / 2,366,13 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 14,94 g | 29,12 g | 12,65 g | 21,28 g | 24,34 g | 11,62 g | 27,88 g | 39,01 g | 9,15 g | 40,15 g | 39,16 g | 12,11 g | 23,13 g | 14,89 g | 4,64 g |
| Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | | |
| 76,41 g 24,94 g 3,10 g | | | 89,64 g 20,39 g 2,73 g | | | 147,89 g 31,39 g 5,82 g | | | 116,12 g 20,99 g 1,61 g | | | 84,50 g 19,99 g 0,40 g | | | | |
| 1,7 | | | 1,7 | | | 1,3,7,10,11,(6),(8),(12) | | | 1,7 | | | 1,3,(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-tejterm | 10-mustár | 13-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szeczám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer | |

Quadro Byte Zrt

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmésvetész