


Heti étlap 2025.03.10. - 2025.03.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvoda 4-6 év</b>	Kakaó Fatörzs kifli			Csipkebogyó tea Tepertőkrémes Korpás kenyér Eatrend módra Paprikával			Citromos tea Tonhalkrémes Teljes kiőrlésű kenyér			Tej Barackleváros Korpás kenyér Margarinnal			Almás-fahéjas tea Csicseriborsó krémes Rozskenyér		
		Energia: 338.83 Kcal / 1,416.31 KJ			Energia: 301.37 Kcal / 1,259.73 KJ			Energia: 308.84 Kcal / 1,290.95 KJ			Energia: 272.33 Kcal / 1,138.34 KJ			Energia: 336.62 Kcal / 1,407.07 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11.30 g	7.01 g	3.28 g	5.83 g	9.15 g	3.59 g	6.48 g	9.53 g	3.44 g	10.79 g	5.36 g	2.53 g	7.64 g	6.92 g	7.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.04 g	24.56 g	0.67 g	48.51 g	19.99 g	0.92 g	48.84 g	20.38 g	0.31 g	45.09 g	6.23 g	0.93 g	60.43 g	27.98 g	0.91 g		
1,3,7			1,3,7,10,(12)			1,3,4,7,10			1,7,(12)			1,7,10,(12)				
<b>Ebéd</b>	<b>Óvoda 4-6 év</b>	Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Paprikás burgonya Félbarna kenyérrrel Céklasalátával			Csontleves Toszkán paradicsomos csirke Penne tésztával Reszelt sajt szórattal			Brokkolikrémleves Píritott kenyérkockával Tarhonyáshús Házi káposztasalátával			Zöldborsóleves Paradicsomos káposztafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérrrel			Alföldi gulyásleves Tejberizs Gyümölcsraguval Alma		
		Energia: 441.05 Kcal / 1,843.59 KJ			Energia: 351.84 Kcal / 1,470.69 KJ			Energia: 593.55 Kcal / 2,481.04 KJ			Energia: 466.03 Kcal / 1,948.01 KJ			Energia: 444.22 Kcal / 1,856.84 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		17.23 g	22.25 g	7.36 g	14.09 g	7.75 g	1.77 g	22.51 g	24.25 g	6.49 g	18.56 g	24.26 g	5.75 g	15.07 g	9.13 g	2.36 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64.98 g	3.49 g	1.49 g	56.12 g	2.54 g	1.29 g	70.48 g	8.01 g	1.25 g	42.86 g	0.04 g	1.29 g	74.30 g	16.99 g	1.27 g		
1,3,7,15,(6),(10),(11),(12)			1,3,9			1,3,7			1,9			1,7				
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvoda 4-6 év</b>	Szendvicssonkás Rozskenyér Margarinnal Málnás zabrudi			Helyben sült csokoládékrémes rúd Mandarin			Sajtos kifli Margarinnal Uborkával			Sajt szelet Zsemle Margarinnal Paprikával			Paprikás szalámis Zsemle Margarinnal		
		Energia: 197.76 Kcal / 826.64 KJ			Energia: 412.22 Kcal / 1,723.08 KJ			Energia: 129.52 Kcal / 541.39 KJ			Energia: 229.34 Kcal / 958.64 KJ			Energia: 203.32 Kcal / 849.88 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.50 g	3.36 g	5.53 g	12.41 g	26.76 g	10.07 g	4.01 g	2.31 g	1.19 g	10.24 g	7.75 g	4.41 g	6.66 g	6.93 g	2.64 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31.34 g	0.00 g	0.92 g	29.46 g	0.00 g	0.88 g	23.23 g	2.75 g	0.48 g	29.59 g	0.00 g	0.52 g	28.53 g	0.00 g	0.52 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			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-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

**Jó étvágyat kívánunk!**

Eatrend Arrabona Zrt.  
9024 Győr Hunyadi u. 14.  
Leír City Center „A” Irodaház  
Csepertős adószám: 17783408-5-13

Élelmezésvezető