


Heti étlap 2025.02.17. - 2025.02.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Középiskola 15-18 év	Vaníliás tej Kifli Margarinnal Zala felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Paradicsommal			Citromos tea Tepertőkrémes Korpás kenyér Eatrend módra Paprikával Helyben sült vaníliás párna			Meggyes tea Sonkás tojásrántotta Korpás kenyér Paradicsommal			Erdei gyümölcsös tea Sült paprikakrémes Korpás kenyér Sertés párizsis Zsemle Sajt szelettel Margarinnal			Tej Magvas sajtkrémes Korpás zsemle Diákcsomag Rozskenyér Margarinnal		
		Energia: 372.76 Kcal / 1,558.14 KJ			Energia: 731.69 Kcal / 3,058.46 KJ			Energia: 438.81 Kcal / 1,834.23 KJ			Energia: 472.04 Kcal / 1,973.13 KJ			Energia: 516.44 Kcal / 2,158.72 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.18 g	3.85 g	1.98 g	18.06 g	37.72 g	14.23 g	15.28 g	14.12 g	3.38 g	14.55 g	15.07 g	7.79 g	13.72 g	13.76 g	10.81 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
66.58 g	11.00 g	1.02 g	78.97 g	29.98 g	2.30 g	62.13 g	0.00 g	1.64 g	69.03 g	12.00 g	1.61 g	83.91 g	24.99 g	1.80 g		
1,7			1,3,7,10,(6),(12)			1,3,7,10,(5),(12)			1,7			1,7,11				
Ebéd	Középiskola 15-18 év	Citromos almaleves Rántott sajt Párolt rizszel Tartármártással			Májgaluska leves Káposztás tészta Porcukor szóráttal			Lebbencsleves Zöldbabfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Vegyes zöldségkrémleves Pírtott kenyérből Pusztapörkölt Félbarna kenyérral Házi vitaminalátával			Tárkonyos csirkeragu leves Vaníliás piskóta Csokoládé öntettel		
		Energia: 1,438.40 Kcal / 6,012.51 KJ			Energia: 554.36 Kcal / 2,317.22 KJ			Energia: 982.61 Kcal / 4,107.31 KJ			Energia: 987.68 Kcal / 4,128.50 KJ			Energia: 931.73 Kcal / 3,894.63 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		35.61 g	96.08 g	13.10 g	22.19 g	8.51 g	1.50 g	35.87 g	47.40 g	12.30 g	35.61 g	42.74 g	11.33 g	34.00 g	23.93 g	5.76 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
111.34 g	23.98 g	1.66 g	97.60 g	15.04 g	1.78 g	101.59 g	0.02 g	1.87 g	113.28 g	8.00 g	1.82 g	144.38 g	61.46 g	1.86 g		
1,3,7,10,(12)			1,3,9			1,3,7,9			1,7,9			1,3,7,9				
Vacsora	Középiskola 15-18 év	Epres tea Mediterrán csirkemell Burgonyapürével			Málnás tea Hot-dog Ketchuppal			Csipkebogyó tea Borsos tokány Párolt bulgarral			Gyümölcsleves Rántott halrudacska Kukoricás rizszel Alma					
		Energia: 689.48 Kcal / 2,882.03 KJ			Energia: 675.57 Kcal / 2,823.88 KJ			Energia: 746.81 Kcal / 3,121.67 KJ			Energia: 679.91 Kcal / 2,842.02 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		41.12 g	18.71 g	7.39 g	26.24 g	23.50 g	9.45 g	33.83 g	18.26 g	3.00 g	24.11 g	18.30 g	7.44 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
87.40 g	30.10 g	2.07 g	88.86 g	19.99 g	1.23 g	110.92 g	34.03 g	2.26 g	103.91 g	30.68 g	2.68 g					
7,(10)			1,3,7			1,7,10,(12)			1,7							

Az étlanváltoztatás 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
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.
Lézer City-Center „A” Irodaház
Csoportos adószám: 17783405-5-13

Élelmiszervezető