


Heti étlap 2025.02.17. - 2025.02.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola felsős 11-14 év	Poharas tej Kifli Margarinnal Paradicsommal			Tepertőkrémes Korpás kenyér Eatrend módra Paprikával			Poharas tej Barackleváros Zsemle Margarinnal			Sült paprikakrémes Korpás kenyér			Magvas sajtkrémes Korpás zsemle		
		Energia: 174.28 Kcal / 728.49 KJ			Energia: 381.68 Kcal / 1,595.42 KJ			Energia: 245.04 Kcal / 1,024.27 KJ			Energia: 281.19 Kcal / 1,175.37 KJ			Energia: 333.79 Kcal / 1,395.24 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.86 g	0.97 g	0.80 g	7.38 g	16.52 g	6.07 g	9.88 g	3.24 g	1.67 g	4.88 g	10.82 g	5.03 g	6.74 g	12.03 g	6.74 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	50.33 g	19.98 g	1.14 g	43.80 g	0.00 g	1.18 g	40.61 g	12.00 g	1.29 g	49.15 g	20.01 g	0.85 g		
1,7			1,3,7,10,(12)			7,(1),(3),(5)			1,7			1,7,11				
Ebéd	Iskola felsős 11-14 év	Citromos almaleves Rántott sajt Párolt rizszel Tartármártással			Májgaluska leves Káposztás tészta Porcukor szóráttal			Lebbencsleves Zöldbabfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérrrel			Vegyes zöldségkrémleves Pírtott kenyérkockával Pusztapörkölt Félbarna kenyérrrel Házi vitaminalátával			Tárkonyos csirkeragu leves Vaníliás piskóta Csokoládé öntettel		
		Energia: 916.39 Kcal / 3,830.51 KJ			Energia: 396.85 Kcal / 1,658.83 KJ			Energia: 684.48 Kcal / 2,861.13 KJ			Energia: 699.36 Kcal / 2,923.32 KJ			Energia: 686.82 Kcal / 2,870.91 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		21.23 g	55.16 g	7.75 g	16.29 g	6.11 g	1.14 g	25.29 g	33.72 g	8.60 g	23.81 g	28.53 g	7.18 g	23.64 g	17.34 g	4.25 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
87.20 g	14.79 g	1.59 g	69.93 g	14.03 g	1.94 g	68.90 g	0.02 g	1.99 g	85.35 g	5.01 g	1.51 g	108.61 g	46.48 g	1.58 g		
1,3,7,10,(12)			1,3,9			1,3,7,9			1,7,9			1,3,7,9				
Uzsonna	Iskola felsős 11-14 év	Soproni felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal			Kockasajt Kifli			Tavaszi felvágottas Rozskenyér Margarinnal Kígyóborkával			Helyben sült kakaós csiga Mandarin			Bécsi felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Paradicsommal		
		Energia: 263.98 Kcal / 1,103.44 KJ			Energia: 259.90 Kcal / 1,086.38 KJ			Energia: 230.91 Kcal / 965.20 KJ			Energia: 163.83 Kcal / 684.81 KJ			Energia: 273.54 Kcal / 1,143.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.00 g	12.00 g	4.39 g	12.12 g	12.78 g	7.54 g	9.51 g	7.51 g	7.33 g	1.81 g	8.77 g	2.34 g	10.04 g	11.85 g	4.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.01 g	4.68 g	1.41 g	23.80 g	0.00 g	1.31 g	31.25 g	3.85 g	1.33 g	19.20 g	8.72 g	0.32 g	31.55 g	0.00 g	1.32 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-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.
Leier City Center „A” Irodaház
Cseportos adószám: 17783408-5-13

Élelmezésvezető