


Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvoda 4-6 év</b>	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér			Erdei gyümölcs tea Tonhalkrémes Korpás kenyér			Tej Mézes Korpás kifli Margarinnal			Csipkebogyó tea Kenőmájasos Rozskenyér Paradicsommal			Barackos tea Főtt tojáskarika Korpás kenyér Margarinnal		
		Energia: 340.39 Kcal / 1,422.83 KJ			Energia: 255.71 Kcal / 1,068.87 KJ			Energia: 273.11 Kcal / 1,141.60 KJ			Energia: 309.81 Kcal / 1,295.01 KJ			Energia: 263.09 Kcal / 1,099.72 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.97 g	8.57 g	8.10 g	4.83 g	9.15 g	3.40 g	12.18 g	5.77 g	2.60 g	9.08 g	6.57 g	6.55 g	7.16 g	4.86 g	1.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.33 g	27.98 g	0.70 g	38.09 g	10.40 g	0.72 g	42.98 g	8.10 g	0.89 g	53.16 g	19.99 g	0.92 g	47.49 g	19.98 g	0.83 g		
1,7			1,3,4,7,10			1,7			1,(6),(7),(10)			1,3,(7)				
<b>Ebéd</b>	<b>Óvoda 4-6 év</b>	Cheddar sajtkrémeleves Nachos-sal Tavaszi sertésragu Párolt rizszel			Májgaluska leves Túrós-barackos rakott tészta			Tejfölös karfiolleves Paradicsommártás Húsgombóccal Félbarna kenyérral			Rántott leves Pírtott kenyérkockával Bakonyi sertésragu Orsó tésztával			Alföldi gulyásleves Sajtos pogácsa Alma		
		Energia: 563.51 Kcal / 2,355.47 KJ			Energia: 508.58 Kcal / 2,125.86 KJ			Energia: 430.00 Kcal / 1,797.40 KJ			Energia: 481.04 Kcal / 2,010.75 KJ			Energia: 602.44 Kcal / 2,518.20 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.49 g	28.13 g	9.17 g	21.72 g	11.48 g	5.20 g	14.85 g	19.24 g	5.11 g	22.53 g	18.76 g	5.65 g	19.91 g	25.55 g	8.05 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.18 g	0.04 g	1.50 g	79.85 g	29.18 g	1.57 g	49.07 g	8.01 g	1.43 g	55.03 g	0.02 g	1.34 g	72.41 g	2.00 g	1.44 g		
1,7,(3),(6),(10),(11)			1,3,7,9			1,3,7,9			1,3,7			1,3,7				
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvoda 4-6 év</b>	Helyben sült kakaós csiga Mandarin			Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Paprikával			Szendvics sonkás Félbarna kenyér Margarinnal Uborkával			Helyben sült sonkás-kukoricás pizza			Kockasajt Kifli		
		Energia: 163.83 Kcal / 684.81 KJ			Energia: 202.71 Kcal / 847.33 KJ			Energia: 201.42 Kcal / 841.94 KJ			Energia: 309.83 Kcal / 1,295.09 KJ			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		1.81 g	8.77 g	2.34 g	7.28 g	6.05 g	2.42 g	10.57 g	2.91 g	1.38 g	4.85 g	21.42 g	5.66 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
19.20 g	10.04 g	0.32 g	29.75 g	0.00 g	0.58 g	33.21 g	0.11 g	0.53 g	24.04 g	0.00 g	1.09 g	23.30 g	0.00 g	1.05 g		
1,7,(3),(6),(12)			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-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

**Jó étvágyat kívánunk!**

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

Élelmiszevezető