

11. heti alsó tagozatos étlap 2025.03.10. - 2025.03.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskolás 7-10 év	Kakaó Vajas molnárka			Szívószás gyümölcslé Tepertőkrém Eatrend módra Korpás kenyér Póréghagymakarikával			Szívószás gyümölcslé Csicseriborsókrémes Rozskenyér			Poharas tej Margarinos Korpás kenyér Baracklekvárral			Szívószás gyümölcslé Sajtos tonhalkrém Teljeskiórlésű kenyér		
		Energia: 187.34 Kcal / 783.08 KJ			Energia: 322.50 Kcal / 1,348.05 KJ			Energia: 323.46 Kcal / 1,352.06 KJ			Energia: 301.23 Kcal / 1,259.14 KJ			Energia: 315.48 Kcal / 1,318.71 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.59 g	4.99 g	2.06 g	6.24 g	9.09 g	0.00 g	7.79 g	6.84 g	6.84 g	10.84 g	5.36 g	2.53 g	7.96 g	7.62 g	0.04 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.79 g	2.40 g	0.62 g	54.11 g	0.00 g	0.70 g	57.83 g	0.00 g	0.91 g	52.22 g	6.23 g	1.03 g	53.91 g	0.00 g	0.58 g		
1,3,7			1,3,7,10,(12)			1,7,10,(12)			1,7,(12)			1,4,7				
Ebéd	Iskolás 7-10 év	Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Temesvári sertésragu Párolt rizszel			Zöldborsóleves Toszkán paradicsomos csirke Penne tésztával			Brokkolikrémleves Levesgyönggyel Pásztortarhonya Házi káposztasalátával			Csontleves Eperlevéllel Paradicsomos húsoskáposzta Félbarna kenyérral			Magyaros burgonyaleves Tejberizs Gyümölcsraguval Alma		
		Energia: 716.53 Kcal / 2,995.10 KJ			Energia: 468.24 Kcal / 1,957.24 KJ			Energia: 700.98 Kcal / 2,930.10 KJ			Energia: 546.79 Kcal / 2,285.58 KJ			Energia: 528.83 Kcal / 2,210.51 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		24.19 g	34.39 g	11.41 g	18.89 g	12.35 g	0.47 g	25.77 g	29.19 g	8.49 g	21.37 g	28.05 g	2.20 g	15.03 g	6.65 g	2.24 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
76.85 g	0.29 g	1.91 g	70.27 g	0.05 g	2.05 g	82.39 g	5.09 g	3.78 g	51.43 g	0.04 g	1.56 g	100.61 g	12.00 g	2.88 g		
1,3,7,(6),(10),(11)			1,3,9			1,3,7			1,3,9			7,9				
Uzsonna	Iskolás 7-10 év	Margarinos Rozskenyér Szendvicssonkával Zabrudí			Helyben sült csokoládékrémes rúd Narancs			Margarinos Zsemle Paprikás szalámmal			Margarinos Zsemle Sajt szelettel Salátalevéllel			Helyben sült kajsziparackos háromszög		
		Energia: 197.76 Kcal / 826.64 KJ			Energia: 406.74 Kcal / 1,700.17 KJ			Energia: 228.02 Kcal / 953.12 KJ			Energia: 225.06 Kcal / 940.75 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.50 g	3.36 g	5.53 g	12.31 g	26.66 g	10.07 g	7.64 g	9.22 g	1.03 g	9.99 g	7.68 g	4.41 g	3.78 g	18.27 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31.34 g	0.00 g	1.22 g	28.16 g	0.00 g	1.38 g	28.55 g	0.00 g	0.57 g	28.92 g	0.00 g	0.97 g	39.98 g	0.00 g	0.00 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(7)			1,7			1,7,(3),(6),(12)				

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.
 Ügyfélszolgálati szám: 17783408-5-13
 38. konyha
 Élelmezésvezető