


Heti étlap 2025.02.03. - 2025.02.07.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola alsós 7-10 év	Citromos tea Olasz felvágottas Korpás kenyér Margarinnal			Tej Kifli Margarinnal			Meggyes tea Sült hagymakrémes Félbarna kenyér			Kakaó Kalács			Erdei gyümölcsös tea Magyaros vajkrémes Rozskenyér Paradicsommal		
		Energia: 213.32 Kcal / 891.68 Kj			Energia: 223.64 Kcal / 934.82 Kj			Energia: 231.36 Kcal / 967.08 Kj			Energia: 302.89 Kcal / 1,266.08 Kj			Energia: 286.59 Kcal / 1,197.95 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.68 g	8.52 g	3.19 g	10.56 g	5.28 g	2.63 g	6.45 g	8.28 g	3.71 g	10.17 g	7.21 g	3.30 g	6.99 g	9.17 g	8.40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27.42 g	0.00 g	1.60 g	33.40 g	0.00 g	0.68 g	32.49 g	0.00 g	0.25 g	48.81 g	14.10 g	0.72 g	43.55 g	12.00 g	0.70 g		
1,(7)			1,7			1,7			1,3,7			1,7				
Ebéd	Iskola alsós 7-10 év	Sárgaborsókrémleves Kolbász morzsával Sertéspörkölt Orsó tésztával Vegyes vágottal			Magyaros csipetkeleves Tökfőzelék Bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Húsgaluska leves Mákos tészta Alma			Paradicsomleves Zöldséges pulykavagdalt Burgonyapürével			Tojásleves Temesvári sertésragu Párolt rizszel		
		Energia: 804.75 Kcal / 3,363.86 Kj			Energia: 419.78 Kcal / 1,754.68 Kj			Energia: 575.52 Kcal / 2,405.67 Kj			Energia: 640.47 Kcal / 2,677.16 Kj			Energia: 593.97 Kcal / 2,482.79 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		36.27 g	34.64 g	8.90 g	17.03 g	27.55 g	8.04 g	19.85 g	14.04 g	3.32 g	24.44 g	14.39 g	3.38 g	20.06 g	28.14 g	7.55 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
86.19 g	0.06 g	1.59 g	59.74 g	9.00 g	1.50 g	91.50 g	19.99 g	1.31 g	102.22 g	27.97 g	1.39 g	64.41 g	0.01 g	1.40 g		
1,3,9,15,(10),(12)			1,3,7,9			1,3,9			1,3,7,9			1,3,7,9				
Uzsonna	Iskola alsós 7-10 év	Helyben sült vaníliás táska Mandarin			Kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával			Diákcsemegés Korpás zsemle Margarinnal			Zala felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Paprikával			Helyben sült sajtos pogácsa Suli szelet		
		Energia: 412.22 Kcal / 1,723.08 Kj			Energia: 215.50 Kcal / 900.79 Kj			Energia: 197.43 Kcal / 825.26 Kj			Energia: 193.98 Kcal / 810.84 Kj			Energia: 182.52 Kcal / 762.93 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.41 g	26.76 g	10.07 g	8.57 g	6.19 g	2.32 g	6.98 g	6.13 g	2.39 g	7.09 g	5.66 g	2.07 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.46 g	0.00 g	1.38 g	31.15 g	3.85 g	0.31 g	28.55 g	0.00 g	1.04 g	28.64 g	0.00 g	1.16 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g		
1,7,(3),(6),(12)			1,(6),(7),(10)			1,(7)			1,(7)			1,3,7				

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.
Lézer City-Center „A” Irodaház
Cseppontos adószám: 17733405-5-13

Élelmezésvezető