


Heti étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek																					
 <b>Tízórai</b>	<b>Iskola alsós</b> <b>7-10 év</b>	Sertés párizsis Teljes kiőrlésű kenyér (1) Margarinnal Jégcsapretekkel			Majonézes tonhalkrém (4,10,3,7) Félbarna kenyér (1)			Poharas tej (7) Kifli (1) Alma			Sült húskrém (10,7) Rozskenyér (1) Paradicsommal			<b>ÜNNEP</b>																					
		Energia: 206.18 Kcal / 861.83 KJ			Energia: 240.68 Kcal / 1,006.04 KJ			Energia: 286.25 Kcal / 1,196.53 KJ			Energia: 322.89 Kcal / 1,349.68 KJ																								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																						
		8.27 g	6.40 g	2.33 g	6.67 g	9.37 g	3.58 g	11.01 g	6.82 g	2.95 g	8.07 g	8.25 g	7.10 g																						
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só																				
28.96 g			0.20 g			0.61 g			32.10 g			0.40 g			0.02 g			44.34 g			5.73 g			0.55 g			53.63 g			21.98 g			0.93 g		
<b>Ebéd</b>	<b>Iskola alsós</b> <b>7-10 év</b>	Tojásleves (3,1) Csikós tokány (1,7) Párolt rizszel			Kertészleves (9) Hortobágyi rakott tészta (3,1,7)			Citromos almaleves (1,7) Rántott sertésszelet (3,1) Burgonyapürével (7)			Fejtett bableves (9,1) Vaníliás tejberizs (1,7) Gyümölcsraguval			<b>ÜNNEP</b>																					
		Energia: 649.80 Kcal / 2,716.16 KJ			Energia: 647.75 Kcal / 2,707.60 KJ			Energia: 889.36 Kcal / 3,717.52 KJ			Energia: 520.46 Kcal / 2,175.52 KJ																								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																						
		20.04 g	35.25 g	11.17 g	24.10 g	38.43 g	9.16 g	24.12 g	42.94 g	8.54 g	14.35 g	8.31 g	2.17 g																						
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só																				
62.35 g			0.01 g			1.97 g			50.56 g			0.02 g			1.59 g			99.30 g			27.58 g			1.71 g			96.14 g			24.73 g			1.79 g		
<b>Uzsonna</b>	<b>Iskola alsós</b> <b>7-10 év</b>	Helyben sült meggyes táska (1,7)			Szendvics sonkás Korpás kenyér (1) Margarinnal Kígyóuborkával			Olasz felvágottas Korpás zsemle (1) Margarinnal			Helyben sült sajtos pogácsa (3,1,7)			<b>ÜNNEP</b>																					
		Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 184.01 Kcal / 769.16 KJ			Energia: 220.86 Kcal / 923.19 KJ			Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ																								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																						
		3.78 g	18.27 g	4.87 g	9.49 g	2.67 g	1.40 g	7.44 g	8.51 g	3.32 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g																						
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só																				
39.98 g			20.91 g			0.67 g			30.50 g			0.15 g			1.04 g			28.56 g			0.00 g			1.41 g			13.48 g			0.00 g			0.79 g		

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-puhatestűk
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer

**Jó étvágyat kívánunk!**

Eatrend Arrabona Zrt.  
 9024 Győr Húsvédi u. 14.  
 Leír City-Center „A” Irodaház  
 Cseportos adószám: 17733405-6-13

Élelmezésvezető