


Heti étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 Tízórai	Iskola felsős 11-14 év	Sertés párizsis Teljes kiőrlésű kenyér (1) Margarinnal Jégcsapretekkel	Majonészes tonhalkrém (4,10,3,7) Félbarna kenyér (1)	Poharas tej (7) Kifli (1) Alma	Sült húskrém (10,7) Rozskenyér (1) Paradicsommal	ÜNNEP										
		Energia: 227.50 Kcal / 950.95 KJ	Energia: 286.48 Kcal / 1,197.49 KJ	Energia: 286.25 Kcal / 1,196.53 KJ	Energia: 368.98 Kcal / 1,542.34 KJ											
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		9.46 g	8.22 g	3.01 g	6.90 g	14.17 g	5.41 g	11.01 g	6.82 g	2.95 g	8.87 g	11.60 g	9.42 g			
Ebéd	Iskola felsős 11-14 év	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	ÜNNEP										
		Energia: 649.74 Kcal / 2,715.91 KJ	Energia: 648.95 Kcal / 2,712.61 KJ	Energia: 889.36 Kcal / 3,717.52 KJ	Energia: 516.46 Kcal / 2,158.80 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	24.14 g	38.43 g	9.16 g	24.12 g	42.94 g	8.54 g	14.27 g	8.30 g	2.17 g			
Uzsonna	Iskola felsős 11-14 év	Helyben sült meggyes táská (1,7)	Szendvics sonkás Korpás kenyér (1) Margarinnal Kígyóborkával	Olasz felvágottas Korpás zsemle (1) Margarinnal	Helyben sült sajtos pogácsa (3,1,7)	ÜNNEP										
		Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ	Energia: 197.02 Kcal / 823.54 KJ	Energia: 254.34 Kcal / 1,063.14 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	11.71 g	2.81 g	1.45 g	8.81 g	11.59 g	4.47 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g			
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				
	39.98 g	20.91 g	0.67 g	31.20 g	0.15 g	1.27 g	28.59 g	0.00 g	1.83 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-csillagfűrt
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!

Estrend Arrabona Zrt.
8024 Győr Hunyadi u. 14.
Lézer City Center „A” Irodaház
Cseporthoz adószám: 17783408-5-13

Élelmezésvezető