


Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvoda 4-6 év	Barackos tea Majonéses tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér			Kakaó Kifli			Meggyes tea Túró rudi krém Korpás kenyér			Tej Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér Uborkával			Citromos tea Magyaros vajkrém Korpás kenyér		
		Energia: 311.20 Kcal / 1,300.82 KJ			Energia: 264.18 Kcal / 1,104.27 KJ			Energia: 372.06 Kcal / 1,555.21 KJ			Energia: 335.72 Kcal / 1,403.31 KJ			Energia: 288.71 Kcal / 1,206.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.87 g	9.60 g	3.44 g	10.75 g	5.30 g	2.64 g	8.79 g	3.03 g	1.50 g	13.19 g	13.38 g	5.70 g	4.96 g	8.46 g	3.87 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
48.86 g	20.38 g	0.10 g	43.40 g	9.99 g	0.68 g	77.27 g	54.44 g	0.54 g	40.24 g	0.51 g	0.87 g	47.77 g	19.98 g	0.70 g		
1,3,4,7,10			1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,7				
Ebéd	Óvoda 4-6 év	Paradicsomleves Betűtészta Csikós tokány Párolt rizszel			Tojásleves Zöldborsófőzelék Virslivel Félbarna kenyérral			Citromos almaleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal			Póréhagymakrémleves Pírtott kenyérkockával Párolt sertésszelet Burgonyapürével Párolt zöldséggel			Lencseleves Dejós tészta		
		Energia: 587.33 Kcal / 2,455.04 KJ			Energia: 365.78 Kcal / 1,528.96 KJ			Energia: 573.63 Kcal / 2,397.77 KJ			Energia: 410.66 Kcal / 1,716.56 KJ			Energia: 600.78 Kcal / 2,511.26 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		17.57 g	28.44 g	7.39 g	20.90 g	23.66 g	6.34 g	24.94 g	22.37 g	8.28 g	20.36 g	14.10 g	3.88 g	22.36 g	15.07 g	2.35 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64.53 g	3.00 g	1.50 g	52.24 g	12.00 g	1.59 g	71.14 g	13.22 g	1.43 g	40.45 g	0.04 g	1.62 g	92.67 g	10.49 g	1.51 g		
1,3,7,9			1,3,7			1,3,7,(6),(12)			1,7,(3),(6),(10),(12)			1,3,7,8,10,(5),(12)				
Uzsonna	Óvoda 4-6 év	Helyben sült vaníliakrém táska			Mátrai csemege szalámis Korpás kenyér Margarinnal Paprikával			Helyben sült sajtkrém Alma			Csirkemellsonkás Zsemle Margarinnal			Kockasajt Kifli		
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 167.28 Kcal / 699.23 KJ			Energia: 210.89 Kcal / 881.52 KJ			Energia: 176.01 Kcal / 735.72 KJ			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11.71 g	26.46 g	10.07 g	6.36 g	3.26 g	1.19 g	8.69 g	2.61 g	3.61 g	8.10 g	2.91 g	1.21 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
19.66 g	0.00 g	1.38 g	28.13 g	0.00 g	1.09 g	43.08 g	0.00 g	1.08 g	29.34 g	0.00 g	0.55 g	23.30 g	0.00 g	1.05 g		
1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,7			1,(7)			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-csillagfürt	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.
Létf. City-Center „A” Irodaház
Cseportos adószám: 17783408-5-13

Élelmézsvezető