


Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola alsós 7-10 év	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér			Erdei gyümölcsstea Tonhalkrémes Korpás kenyér			Tej Mézes Korpás kifli Margarinnal			Csipkebogyó tea Kenőmájásos Rozskenyér Paradicsommal Alma			Barackos tea Főtt tojáskarika Korpás kenyér Margarinnal		
		Energia: 327.23 Kcal / 1,367.82 KJ			Energia: 214.56 Kcal / 896.86 KJ			Energia: 305.82 Kcal / 1,278.33 KJ			Energia: 230.41 Kcal / 963.11 KJ			Energia: 179.40 Kcal / 749.89 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7.12 g	8.49 g	8.10 g	4.73 g	9.13 g	3.40 g	12.22 g	5.77 g	2.60 g	9.02 g	6.56 g	6.55 g	6.64 g	4.76 g	1.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
55.73 g	0.00 g	0.70 g	28.08 g	0.40 g	0.72 g	51.08 g	16.20 g	0.89 g	33.56 g	0.00 g	0.92 g	27.48 g	0.00 g	0.83 g		
1,7		1,3,4,7,10			1,7			1,(6),(7),(10)			1,3,(7)					
Ebéd	Iskola alsós 7-10 év	Cheddar sajtkrémleves Nachos-sal Tavaszi sertésragu Párolt rizszel			Májgaluska leves Mákos tészta Porcukor szóráttal			Tejfőlös karfiolleves Paradicsommártás Húsgombóccal Félbarna kenyérral			Álföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejbebríz Kakaó szóráttal			Rántott leves Pírtott kenyérral Bakonyi sertésragu Orsó tésztával		
		Energia: 751.09 Kcal / 3,139.56 KJ			Energia: 611.42 Kcal / 2,555.74 KJ			Energia: 574.26 Kcal / 2,400.41 KJ			Energia: 608.18 Kcal / 2,542.19 KJ			Energia: 622.40 Kcal / 2,601.63 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		23.51 g	38.80 g	12.53 g	26.66 g	14.13 g	6.43 g	19.92 g	26.22 g	7.34 g	28.33 g	23.07 g	6.88 g	22.52 g	9.04 g	1.68 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
74.34 g	0.05 g	1.59 g	94.66 g	33.44 g	1.62 g	64.22 g	15.02 g	1.58 g	71.21 g	0.04 g	1.53 g	109.96 g	9.99 g	1.52 g		
1,7,(3),(6),(10),(11)		1,3,7,9			1,3,7,9			1,7,9			1,7,9					
Uzsonna	Iskola alsós 7-10 év	Helyben sült kakaós csiga			Sertés párizsis Félbarna kenyér Margarinnal Paprikával			Szendvics sonkás Félbarna kenyér Margarinnal Uborkával			Helyben sült sonkás-kukoricás pizza			Kockasajt Kifli		
		Energia: 163.83 Kcal / 684.81 KJ			Energia: 205.80 Kcal / 860.24 KJ			Energia: 202.59 Kcal / 846.83 KJ			Energia: 309.83 Kcal / 1,295.09 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
		1.81 g	8.77 g	2.34 g	7.38 g	6.08 g	2.42 g	10.67 g	2.92 g	1.45 g	4.85 g	21.42 g	5.66 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
19.20 g	10.04 g	0.32 g	30.35 g	0.00 g	0.58 g	33.38 g	0.15 g	0.53 g	24.04 g	0.00 g	1.09 g	23.30 g	0.00 g	1.05 g		
1,7,(3),(6),(12)		1,(7)			1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			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
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.
 9924 Győr Hunyadi u. 14.
 City-Center „A” Irodaház
 Cseporsó adószám: 17733405-5-13

Élelmiszevizető