


Heti étlap 2025.01.20. - 2025.01.24.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Győr Iskolás (7-14 év)	Epres tejjal Margarinos Félbarna kenyér Mézzel			Ivólé Sárgarépás sajtvarázskrémés Rozskenyér			Citromos tea Padlizsánkrémés Teljes kiőrlésű kenyér			Csipkebogyós tea Margarinos Korpás kenyér Tavaszi felvágottal Salátalevéllal			Barackos tea Körözöttes Korpás zsemle Kígyóborkával		
		Energia: 239.60 Kcal / 1,001.53 KJ			Energia: 358.22 Kcal / 1,497.36 KJ			Energia: 337.28 Kcal / 1,409.83 KJ			Energia: 283.97 Kcal / 1,186.99 KJ			Energia: 286.44 Kcal / 1,197.32 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.01 g	2.66 g	1.11 g	8.11 g	11.25 g	9.51 g	6.44 g	12.76 g	5.84 g	7.30 g	6.80 g	2.55 g	9.51 g	2.75 g	1.65 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
47.83 g	16.39 g	0.06 g	56.24 g	0.00 g	1.08 g	48.72 g	19.98 g	0.08 g	48.15 g	19.99 g	1.32 g	55.49 g	28.83 g	0.93 g		
1,7			1,7			1,7,(10)			1,(7)			1,7				
Ebéd	Győr Iskolás (7-14 év)	Magyaros karalábéleves Burgonyafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral			Kerti zöldségleves Sajtós-sonkás rakott tészta			Zselici húsos leves Félbarna kenyérral Tejbegríz Kakaó szóráttal Narancs			Sajtkrémleves Nachosszal Mediterrán sertésragu Spanyol rizzsel			Csontleves Cérnametélttel Paradicsomos húsgombóc Tört burgonyával		
		Energia: 619.49 Kcal / 2,589.47 KJ			Energia: 538.46 Kcal / 2,250.76 KJ			Energia: 582.60 Kcal / 2,435.27 KJ			Energia: 694.54 Kcal / 2,903.18 KJ			Energia: 604.56 Kcal / 2,527.06 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		21.59 g	29.20 g	7.45 g	29.08 g	23.79 g	6.74 g	24.76 g	8.38 g	3.41 g	21.38 g	34.45 g	8.67 g	20.85 g	24.41 g	6.27 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
67.01 g	0.04 g	1.99 g	52.55 g	0.02 g	4.57 g	101.30 g	38.67 g	1.27 g	74.24 g	0.14 g	1.79 g	74.34 g	15.03 g	2.99 g		
1,7,9			1,3,7,9			1,7,9			1,7,9,(10)			1,3,9				
Uzsonna	Győr Iskolás (7-14 év)	Margarinos Korpás zsemle Paprikás szalámmal Paprikával			Helyben sült meggyes táska			Margarinos Zsemle Párizsival Kígyóborkával			Helyben sült sajtkrémés rúd Alma			Csoki puding Kiflivel		
		Energia: 234.88 Kcal / 981.80 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 221.97 Kcal / 927.83 KJ			Energia: 216.18 Kcal / 903.63 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.06 g	9.33 g	3.45 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	8.62 g	7.85 g	3.35 g	8.59 g	2.91 g	3.61 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.60 g	0.00 g	1.17 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g	29.16 g	3.85 g	0.81 g	43.78 g	0.00 g	1.71 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			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-csillagfűrt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges élesztőszer	
Quadro Byte Zrt			Oldalak		

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmiszevezető
 2025.01.13. 9:34:41 | QB - Élelem