


Heti étlap 2025.01.27. - 2025.01.31.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Győr Iskolás (7-14 év)	Meggyes tea Margarinos Félbarna kenyér Soproni felvágottal Salátalevéellel			Ivólé Eatrendes tepertőkrémes Graham kenyér Paprikával			Erdei gyümölcsös tea Sült zöldségkrémes Korpás kenyér			Szívószás kakaó Sokmagvas sajtkrémes Kifli			Poharas tej Brióssal		
		Energia: 355.13 Kcal / 1,484.44 KJ			Energia: 428.37 Kcal / 1,790.59 KJ			Energia: 258.46 Kcal / 1,080.36 KJ			Energia: 224.88 Kcal / 940.00 KJ			Energia: 234.07 Kcal / 978.41 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.17 g	11.88 g	4.52 g	9.97 g	16.81 g	6.07 g	4.73 g	8.42 g	3.87 g	5.67 g	11.93 g	6.71 g	10.41 g	6.22 g	2.95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
51.55 g	19.99 g	1.32 g	59.34 g	0.00 g	1.46 g	40.49 g	12.00 g	0.81 g	23.45 g	0.02 g	0.75 g	33.84 g	5.54 g	0.59 g		
1,(7)			1,3,7,10,(12)			1,7,9			1,7,11			1,3,7				
Ebéd	Győr Iskolás (7-14 év)	Tárkonyos sertésraguleves Almás-fahéjas gombóc Porcukor szórattal			Zöldséges lencseleves Pusztapörkölt Céklasalátával			Vajgaluskaleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szórattal			Almás szilvaleves Rántott halfilé Párolt rizszel Házi vitaminsaláta			Bakonyi betyárleves Spenótfőzelék Főtt tojással Főtt burgonyával Alma		
		Energia: 1,113.24 Kcal / 4,653.34 KJ			Energia: 771.54 Kcal / 3,225.04 KJ			Energia: 618.41 Kcal / 2,584.95 KJ			Energia: 1,181.74 Kcal / 4,939.67 KJ			Energia: 577.18 Kcal / 2,412.61 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		28.50 g	56.48 g	16.39 g	31.14 g	33.56 g	8.39 g	28.22 g	27.10 g	9.21 g	23.96 g	76.24 g	11.15 g	26.06 g	26.09 g	5.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
121.82 g	44.00 g	4.25 g	84.33 g	4.80 g	3.75 g	64.54 g	2.05 g	3.04 g	99.54 g	12.19 g	2.66 g	57.84 g	0.01 g	2.81 g		
1,7,9,(3),(6),(12)			1,7,10,15,(12)			1,3,7,9,(6),(12)			1,3,4,7,10,(12)			1,3,7,9				
Uzsonna	Győr Iskolás (7-14 év)	Korpás kifli Sonkás kockasajttal			Margarinos Zsemle Szendvics sonkával			Helyben sült kakaós csiga Alma			Margarinos Rozskenyér Bécsi felvágottal Kígyóborkával			SONGOKU pizzaszelet Zabrudai		
		Energia: 246.53 Kcal / 1,030.50 KJ			Energia: 192.91 Kcal / 806.36 KJ			Energia: 243.72 Kcal / 1,018.75 KJ			Energia: 276.31 Kcal / 1,154.98 KJ			Energia: 278.10 Kcal / 1,162.46 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12.02 g	10.77 g	6.01 g	11.36 g	2.77 g	1.19 g	3.77 g	12.36 g	4.03 g	10.52 g	12.36 g	9.12 g	15.95 g	10.94 g	4.82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
25.08 g	0.00 g	1.68 g	30.60 g	0.00 g	0.81 g	28.52 g	5.90 g	0.39 g	30.63 g	3.85 g	2.03 g	28.81 g	3.03 g	1.89 g		
1,7			1,(7)			1,7,(3)			1,(7)			1,3,7				

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!

.....
 Élelmezésvezető
 2025.01.20. 10:27:30 | QB - Élelem