


10. heti étlap 2025.03.03. - 2025.03.07.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskolás 7-14 év	Poharas tej Varázsszívószál Kifli			Szívószálás gyümölcsle Sült húskrémes Rozskenyér Salátalevéllal			Szívószálás gyümölcsle Kolbászkrémes Rozskenyér Kigyóuborkával			Poharas gyümölcsjoghurt Kifli			Szívószálás gyümölcsle Házi sajtkrémes Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsommal		
		Energia: 206.34 Kcal / 862.50 KJ			Energia: 323.27 Kcal / 1,351.27 KJ			Energia: 333.16 Kcal / 1,392.61 KJ			Energia: 275.39 Kcal / 1,151.13 KJ			Energia: 326.33 Kcal / 1,364.06 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.27 g	3.54 g	0.10 g	9.00 g	7.18 g	7.09 g	7.97 g	8.54 g	8.00 g	9.35 g	6.07 g	3.23 g	7.50 g	8.49 g	4.63 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		38.62 g	0.00 g	0.41 g	55.81 g	0.00 g	0.93 g	56.27 g	0.00 g	0.82 g	45.25 g	12.99 g	0.90 g	55.13 g	0.00 g	0.82 g
1,6,7			1,7,10,(12)			1,7			1,7			1,7				
Ebéd	Iskolás 7-14 év	Sárgarépa-krémleves Levesgyönggyel Sertéspörkölt Párolt rizszel			Tavaszi zöldségleves Burgonyafőzelék Pulykavagdalttal Félbarna kenyér			Vegyes gyümölcsleves Spenótos-sonkás rakott tészta			Vajgaluskaleves Sertéstokány Eatrend módra Párolt bulgurral			Fokhagymakrémleves Levesgyönggyel Káposztás tészta Porcukor szorattal Alma		
		Energia: 843.65 Kcal / 3,526.46 KJ			Energia: 589.61 Kcal / 2,464.57 KJ			Energia: 728.96 Kcal / 3,047.05 KJ			Energia: 684.41 Kcal / 2,860.83 KJ			Energia: 666.83 Kcal / 2,787.35 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		20.34 g	45.24 g	7.28 g	24.81 g	22.52 g	2.38 g	31.33 g	29.68 g	1.13 g	23.01 g	34.34 g	1.74 g	17.52 g	23.45 g	4.58 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		87.59 g	8.27 g	2.50 g	72.38 g	0.01 g	2.47 g	86.19 g	20.78 g	0.43 g	75.05 g	0.02 g	3.00 g	95.51 g	14.25 g	2.10 g
1,3,7			1,3,7,9			1,3,7			1,3,7,9,(6)			1,3,7				
Uzsonna	Iskolás 7-14 év	Margarinos Korpás kenyér Sertés párizsival Kigyóuborkával			Margarinos Zsemle Zala felvágottal			Helyben sült sajtos pogácsa Narancs			Margarinos Korpás kenyér Tavaszi felvágottal Paprikával			Zöldfűszeres kockasajt Kifli		
		Energia: 214.43 Kcal / 896.32 KJ			Energia: 194.66 Kcal / 813.68 KJ			Energia: 223.93 Kcal / 936.03 KJ			Energia: 189.92 Kcal / 793.87 KJ			Energia: 146.66 Kcal / 613.04 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.86 g	7.86 g	2.28 g	7.43 g	5.54 g	2.20 g	3.06 g	13.30 g	3.58 g	6.43 g	5.39 g	2.00 g	6.93 g	2.43 g	1.27 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		28.02 g	0.00 g	1.23 g	28.73 g	0.00 g	0.97 g	21.98 g	0.00 g	0.79 g	28.88 g	0.00 g	1.13 g	24.00 g	0.00 g	0.60 g
1,(7)			1,(7)			1,3,7			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-szszám

14-puhatestűek

3-tojás

6-szója

9-zeller

12-kéndioxid-szulfít

15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Arrabona Zrt.
8024 Győr, Hunyadi u. 1a.
Csoportos adószám: 17783408-5-13
Adószám: 11130987-4-08
34.

Németh Zoltán

Élelmezésvezető