

20. heti étlap 2025.05.12. - 2025.05.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
 Tízórai	Iskolás 7-14 év	Szívószálas kakaó Vajas molnárrka[1,3,7]	Szívószálas gyümölcsle Teljes kiőrlésű kenyér[1] Kenőmájassal[1,6,7,10] Paradicsommal	Szívószálas gyümölcsle Korpás kenyér[1] Sült zöldségkrémme[7]	Szívószálas gyümölcsle Graham kenyér[1] Uzsonnasonkával Margarinnal(7) Paprikával	Tej[7] Fatörzskifli[1,3,7]	Szívószálas gyümölcsle Rozskenyér[1] Csicseriborsókrémme[7,10,(12)] Újhagymával
		Energia: 187.34 Kcal / 783.08 Kj	Energia: 320.05 Kcal / 1,337.81 Kj	Energia: 284.02 Kcal / 1,187.20 Kj	Energia: 318.28 Kcal / 1,330.41 Kj	Energia: 363.03 Kcal / 1,517.47 Kj	Energia: 331.53 Kcal / 1,385.80 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		5.59 g4.99 g2.06 g	9.06 g6.21 g2.07 g	4.98 g5.44 g0.00 g	11.26 g4.35 g1.48 g	13.80 g9.25 g2.57 g	8.25 g6.89 g6.85 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		29.79 g2.40 g0.62 g	57.15 g0.00 g0.80 g	54.04 g0.00 g0.70 g	58.89 g0.00 g1.75 g	55.72 g10.75 g0.62 g	59.67 g0.00 g0.92 g
		1,3,7	1,(6),(7),(10)	1,7	1,(7)	1,3,7	1,7,10,(12)
Ebéd	Iskolás 7-14 év	Tavaszi zöldborsóleves[1,9] Pásztor bulgur[1] Céklasalátával[15,(12)]	Erőleves[9] Csigatésztával[1,3] Rántott csirkemell cornflakes bundában Párolt rizssel Káposzta salátával	Álföldi gulyásleves Félbarna kenyérrel[1] Sárgabarackos gombóc [1,7,(3,6,12)] Porcukor szórattal	Paradicsomleves[1,9] Betűtésztával[1,3] BBQ csirkecomb (1,3,6,7,10,11) Petrezselymes burgonyával(7) Vegyes vágottal[15,(10,12)]	Vegyes zöldségkrémleves[7,9] Levesgyönggyel[1,3,7] Olaszos rakott tészta[1,3,7] Alma	Májgaluskaleves[1,3,9] Főtt tojás[3] Spenóttal[1,7] Főtt burgonyával
		Energia: 638.77 Kcal / 2,670.06 Kj	Energia: 966.65 Kcal / 4,040.60 Kj	Energia: 1,260.57 Kcal / 5,269.18 Kj	Energia: 783.93 Kcal / 3,276.83 Kj	Energia: 825.34 Kcal / 3,449.92 Kj	Energia: 385.34 Kcal / 1,610.72 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		26.61 g26.08 g1.53 g	28.56 g50.07 g1.04 g	35.77 g56.73 g16.91 g	53.37 g19.01 g3.68 g	31.36 g39.28 g9.13 g	19.53 g15.76 g3.47 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		76.57 g16.84 g3.29 g	99.16 g4.80 g1.33 g	150.34 g47.95 g11.66 g	99.35 g32.48 g11.64 g	85.66 g0.31 g3.80 g	41.73 g0.04 g1.55 g
		1,9,15,(12)	1,3,9	1,7,(3),(6),(12)	1,3,9,15,(6),(7),(10),(11),(12)	1,3,7,9	1,3,7,9
Uzsonna	Iskolás 7-14 év	Rozskenyér[1] Zala felvágottal Margarinnal(7)	Kifli[1,(7)] Kockasajttal[7]	Helyben sült sajttal szórt pogácsa[1,3,7] Mandarin	Zsemle[1] Olasz felvágottal Margarinnal(7) Kígyóborkával	Teljes kiőrlésű kenyér[1] Zöldfűszeres sajtkrémme[7]	Kefír[7] Kifli[1,(7)]
		Energia: 212.52 Kcal / 888.33 Kj	Energia: 184.59 Kcal / 771.59 Kj	Energia: 229.41 Kcal / 958.93 Kj	Energia: 224.97 Kcal / 940.37 Kj	Energia: 218.00 Kcal / 911.24 Kj	Energia: 175.39 Kcal / 733.13 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		8.79 g6.27 g6.59 g	7.94 g6.53 g3.82 g	3.16 g13.40 g3.58 g	7.79 g8.55 g3.32 g	6.68 g8.44 g4.16 g	10.56 g0.48 g0.21 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		30.17 g0.00 g1.16 g	23.30 g0.00 g1.11 g	23.28 g0.00 g0.79 g	29.16 g0.00 g1.42 g	28.59 g0.00 g0.79 g	32.00 g0.00 g1.01 g
		1,(7)	1,7	1,3,7	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

2-rák

3-tojás

4-hal

5-földimogyoró

6-szója

7-tejtermék,laktóz

8-diófélék

9-zeller

10-mustár

11-szezám

12-kéndioxid-szulfít

13-csillagfűrt

14-puhatestűek

15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Arrabona Zrt.
8024 Győr, Hunyadi u. 14.
Csoportos adószám: 17783408-5-13
Adószám: 11130967-4-08
34.
Németh Viktória

Élelmészvezető