


18. heti felső tagozatos étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

 <b>Ebéd A menü</b>		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Magyaros karfiolleves Erdélyi sertéstokány Párolt rizszel			Tavaszi zöldségleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával						Erdei gyümölcsleves Rántott csirkemell Újhagymás törtburgonyával Házi káposztasalátával			Magyaros burgonyaleves Sajtos-tejfölös tészta Alma		
Energia: 592.87 Kcal / 2,478.20 KJ			Energia: 588.26 Kcal / 2,458.93 KJ						Energia: 977.51 Kcal / 4,085.99 KJ			Energia: 583.12 Kcal / 2,437.44 KJ				
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír		
20.39 g	28.21 g	0.44 g	19.41 g	26.00 g	4.33 g				28.18 g	46.32 g	5.81 g	21.36 g	21.09 g	5.79 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
63.72 g	0.01 g	1.22 g	68.35 g	15.00 g	3.19 g				109.73 g	25.58 g	2.51 g	75.54 g	0.01 g	2.52 g		
1,9			1,3,9						1,3,7			1,3,7,9				
<b>Ebéd B menü</b>		Magyaros karfiolleves Carbonara spagetti Reszelt sajt szóráttal			Tavaszi zöldségleves Budapest ragu Párolt rizszel			<b>Nemzeti Ünnepe</b>			Erdei gyümölcsleves Sült csirkecomb Rizi-bizivel Csemege uborkával			Magyaros burgonyaleves Ízes dereleje Porcukor szóráttal Alma		
		Energia: 578.31 Kcal / 2,417.34 KJ			Energia: 641.13 Kcal / 2,679.92 KJ						Energia: 781.53 Kcal / 3,266.80 KJ			Energia: 401.34 Kcal / 1,677.60 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír		
33.62 g	21.17 g	21.82 g	23.35 g	30.54 g	4.51 g				49.13 g	20.60 g	5.82 g	5.58 g	14.21 g	0.25 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
63.14 g	0.01 g	4.12 g	67.70 g	0.01 g	3.05 g				98.87 g	20.97 g	4.73 g	57.18 g	10.00 g	2.06 g		
1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)			1,9						1,7,15,(10),(12)			1,3,7,9				
<b>Ebéd C menü</b>		Magyaros karfiolleves Rakott burgonya Céklasalátával			Tavaszi zöldségleves Olaszos rakott tészta						Erdei gyümölcsleves Finomfőzelék Lenmagos fasírttal Félbarna kenyér			Magyaros burgonyaleves Rizsfelfújt Baracklekvárral Alma		
		Energia: 623.13 Kcal / 2,604.68 KJ			Energia: 568.40 Kcal / 2,375.91 KJ						Energia: 778.45 Kcal / 3,253.92 KJ			Energia: 714.98 Kcal / 2,988.62 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír		
21.95 g	29.91 g	9.97 g	24.23 g	23.55 g	7.22 g				27.29 g	29.96 g	3.57 g	18.25 g	9.84 g	3.44 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
64.91 g	4.81 g	13.58 g	64.51 g	0.01 g	3.80 g				98.10 g	24.78 g	1.89 g	136.91 g	40.61 g	2.89 g		
1,3,7,9,15,(12)			1,7,9,(3)						1,3,7			1,3,7,9,(12)				

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-szezámm	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

**Jó étvágyat kívánunk!**  
**Eatrend Arrabona Zrt.**  
 9024 Győr, Hunyadi u. 14.  
 Cégjegyzékszáma: 17783408-5-13  
 38. konyha  
 Élelmezésvezető