

49. heti étlap 2024.12.02. - 2024.12.07.

15 eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat		
Tízórai	Iskolás 7-14 év	Szívószásas kakaó Fatörzs kifli			Gyümölcsle Sült paprikakrémes Teljes kiőrlésű kenyér			Gyümölcsle Füstölt lencsekrémes Félbarna kenyér			Gyümölcsle Margarinos Rozskenyér Főtt tojáskarikkával			Poharas tej Mogyorókrémes Félbarna kenyér			Gyümölcsle Makói sült hagymakrémes Korpás kenyér		
		Energia: 265.97 Kcal / 1,111.75 KJ			Energia: 311.25 Kcal / 1,301.03 KJ			Energia: 325.08 Kcal / 1,358.83 KJ			Energia: 303.58 Kcal / 1,268.96 KJ			Energia: 359.35 Kcal / 1,502.08 KJ			Energia: 307.33 Kcal / 1,284.64 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.00 g	6.25 g	2.57 g	6.63 g	7.55 g	0.04 g	7.51 g	6.70 g	0.00 g	9.03 g	5.24 g	5.98 g	13.98 g	9.80 g	1.76 g	5.05 g	8.04 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
45.12 g	10.75 g	0.62 g	54.36 g	0.00 g	0.58 g	58.92 g	0.00 g	1.20 g	55.45 g	0.00 g	0.82 g	53.38 g	9.60 g	1.47 g	53.87 g	0.00 g	0.70 g		
1,3,7			1,7			1,7,10,(3),(6),(11),(12)			1,3,(7)			1,5,6,7,8			1,7				
Ebéd	Iskolás 7-14 év	Tojásleves Füstölt sajtos brokkoliragu Párolt rizssel			Vajgaluskaleves Cukkinis tökfőzelék Virslipörkölttel			Korhelyleves Félbarna kenyérral Tejberizs Kakaó szórattal Mandarin			Paradicsomleves Betűtésztaival Rántott halfilé szezámmagos bundában Petrezselymes burgonyával			Téli fűszeres meggyleves Eatrend burger (Hamburger szós, Jégsaláta, Reszelt sajt, Paradicsom) Steak burgonyával			Magyaros karfiolleves Pásztor bulgur Vegyes vágottal		
		Energia: 557.46 Kcal / 2,330.18 KJ			Energia: 334.79 Kcal / 1,399.42 KJ			Energia: 723.67 Kcal / 3,024.94 KJ			Energia: 998.27 Kcal / 4,172.77 KJ			Energia: 822.87 Kcal / 3,439.60 KJ			Energia: 561.51 Kcal / 2,347.11 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		22.98 g	23.36 g	0.67 g	14.70 g	31.15 g	4.47 g	22.80 g	19.00 g	2.25 g	22.81 g	51.37 g	0.91 g	27.33 g	31.89 g	2.90 g	23.90 g	24.42 g	1.34 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64.56 g	0.01 g	1.80 g	38.70 g	0.02 g	3.52 g	113.96 g	23.98 g	1.42 g	109.63 g	31.97 g	4.04 g	102.89 g	7.90 g	2.43 g	63.64 g	12.00 g	1.85 g		
1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,3,7,9			1,7,(12)			1,3,4,9,11,(7)			1,3,7,10,11,(6),(8),(12)			1,9,15,(10),(12)				
Uzsonna	Iskolás 7-14 év	Margarinos Rozskenyér Zala felvágottal Paprikával			Csokoládé krémes rúd			Kenőmájas Korpás zsemle Kígyóborkával			Margarinos Zsemle Bécsi felvágottal Salátalevéllal			Gyümölcs joghurt Korpás kifli			Sajtkrémes rúd Alma		
		Energia: 218.40 Kcal / 912.91 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 209.51 Kcal / 875.75 KJ			Energia: 221.48 Kcal / 925.79 KJ			Energia: 292.14 Kcal / 1,221.15 KJ			Energia: 216.18 Kcal / 903.63 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.15 g	6.36 g	6.59 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	7.66 g	5.80 g	2.15 g	7.49 g	8.52 g	1.03 g	10.93 g	6.56 g	3.20 g	8.59 g	2.91 g	3.61 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31.07 g	0.00 g	1.16 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	31.43 g	0.00 g	0.74 g	28.64 g	0.00 g	0.57 g	46.73 g	12.99 g	1.05 g	43.78 g	0.00 g	1.71 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(6),(7),(10)			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 édesítőszer |               |

Jó étvágyat kívánunk!

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

*Németh Viktória*

Élelmezésvezető