

Heti étlap 2024.12.16. - 2024.12.20.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Tízórai</b>	<b>(00028) Iskola</b>	Csokis tej Kifli			Barackos tea Sütőtökös sajtkrémes Rozskenyér			Csipkebogyós tea Paprikás szalámis Korpás kenyér Margarinnal			Tej Sajt szelet Korpás kenyér Margarinnal Paradicsommal			Citromos tea Tonhalkrémes Félbarna kenyér		
		Energia: 290.11 Kcal / 1,212.66 KJ			Energia: 374.48 Kcal / 1,565.33 KJ			Energia: 302.43 Kcal / 1,264.16 KJ			Energia: 320.53 Kcal / 1,339.82 KJ			Energia: 367.81 Kcal / 1,537.45 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.57 g	3.29 g	1.73 g	7.37 g	13.02 g	10.61 g	7.09 g	9.27 g	3.32 g	16.28 g	10.74 g	5.92 g	7.03 g	14.20 g	5.41 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54.22 g	19.98 g	0.68 g	56.40 g	24.98 g	1.58 g	47.41 g	19.99 g	1.36 g	39.50 g	0.00 g	1.43 g	52.46 g	20.58 g	0.03 g		
1,7			1,7			1,(7)			1,7			1,3,4,7,10				
<b>Ebéd</b>	<b>(00028) Iskola</b>	Almás szilvaleves Tarhonyáshús Vegyesvágottal			Erőleves Zöldborsófőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Póréhagyma-kréMLEVES Pirított kenyéRKOCKÁVAL Narancsos mézes kakukkfűVES csirkeCOMB Párolt rizZSEL Párolt zöldséggel			Kerti zöldségleves Bolognai spagetti Ketchuppel Alma			Szárzabbaleves Mákos piskóta Meggyszósszal		
		Energia: 588.83 Kcal / 2,461.31 KJ			Energia: 452.52 Kcal / 1,891.53 KJ			Energia: 765.85 Kcal / 3,201.25 KJ			Energia: 630.62 Kcal / 2,635.99 KJ			Energia: 996.04 Kcal / 4,163.45 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		23.63 g	21.18 g	4.69 g	13.68 g	8.46 g	6.83 g	51.66 g	33.19 g	8.64 g	28.49 g	26.23 g	8.58 g	21.21 g	27.30 g	4.29 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
84.82 g	12.00 g	2.82 g	81.63 g	11.39 g	4.59 g	53.20 g	0.59 g	4.68 g	68.54 g	2.05 g	2.22 g	164.65 g	70.44 g	2.04 g		
1,3,7,9,(10)			1,3,7,15,(10),(12)			1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,9,(12)				
<b>Uzsonna</b>	<b>(00028) Iskola</b>	Soproni felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Paprikával			Olasz felvágottas Margarinos zsemle			Csoki puding Kiflivel			Pizzaszelet			Sertés párizsis Korpás zsemle Margarinnal Paprikával		
		Energia: 266.61 Kcal / 1,114.43 KJ			Energia: 267.80 Kcal / 1,119.40 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 254.34 Kcal / 1,063.14 KJ			Energia: 224.72 Kcal / 939.33 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.09 g	12.08 g	4.38 g	15.74 g	11.09 g	4.91 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g	8.81 g	11.59 g	4.47 g	8.69 g	7.92 g	3.09 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.27 g	0.00 g	1.40 g	26.13 g	3.03 g	2.02 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g	28.59 g	0.00 g	1.38 g	29.61 g	0.00 g	1.25 g		
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 | 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 |               |

**FOODLIKE HUNGARY KFT.**  
1027 Budapest, Bem József utca 9. ISZ: 10.  
Adószám: 24757373-2-11  
C.j.sz.: 01-09-402620-11  
9024 Győr, Hunyadi utca 14. A ép. 2. III.

Jó étvágyat kívánunk!

*Galbonye*

Élelmezésvezető