


Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Győr Iskolás (7-14 év)	Szívószás kakaó Vajas molnárika			Erdei gyümölcsös tea Füstölt sajtos brokkolikrém Rozskenyér			Citromos tea Tepertőkrém Félbarna kenyér Kígyóborkával			Poharas tej Gabonagolyóval			Almás-fahéjas tea Majonézes tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér Retekkel		
		Energia: 187.34 Kcal / 783.08 KJ			Energia: 268.98 Kcal / 1,124.34 KJ			Energia: 399.46 Kcal / 1,669.74 KJ			Energia: 245.04 Kcal / 1,024.27 KJ			Energia: 425.63 Kcal / 1,779.13 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.59 g	4.99 g	2.06 g	7.56 g	7.51 g	8.34 g	9.26 g	16.76 g	6.47 g	9.88 g	3.24 g	1.67 g	7.16 g	15.98 g	5.05 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.79 g	2.40 g	0.62 g	42.35 g	12.00 g	0.92 g	52.37 g	23.28 g	0.44 g	43.80 g	0.00 g	1.18 g	61.92 g	32.63 g	0.15 g		
1,3,7			1,7			1,3,7,10,(12)			7,(1),(3),(5)			1,3,4,7,10				
Ebéd	Győr Iskolás (7-14 év)	Őszi zöldségleves Zöldborsófőzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérral			Magyaros burgonyaleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal			Erőleves Roston sült csirkemell Párolt rizszel Sajtmártással			Körtékérmleves Múzli szóráttal Rakott karfiol árpagyönggyel Szilva			Csurgatott tojásleves Paprikás burgonya Félbarna kenyérral Csemege uborkával		
		Energia: 386.10 Kcal / 1,613.90 KJ			Energia: 627.33 Kcal / 2,622.24 KJ			Energia: 822.00 Kcal / 3,435.96 KJ			Energia: 635.97 Kcal / 2,658.35 KJ			Energia: 398.04 Kcal / 1,663.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.39 g	12.68 g	2.12 g	28.45 g	25.99 g	8.58 g	32.93 g	40.12 g	9.81 g	22.38 g	28.53 g	8.87 g	16.79 g	22.44 g	5.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54.75 g	12.06 g	1.01 g	68.87 g	2.04 g	3.49 g	81.57 g	0.17 g	2.88 g	71.15 g	13.39 g	2.94 g	60.01 g	0.03 g	4.85 g		
1,7,9			1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,9,(10)			1,5,6,7,(8),(11),(12)			1,3,9,15,(12)				
Uzsonna	Győr Iskolás (7-14 év)	Kenőmájas Korpás kenyér Paprikával			Margarinos Zsemle Sertés párizsival Jégsalátával			Narancsos mini kuglóf Alma			Korpás kifli Kockasajttal			Helyben sült sajtkrém rúd Zabrudival		
		Energia: 202.36 Kcal / 845.86 KJ			Energia: 218.48 Kcal / 913.25 KJ			Energia: 518.38 Kcal / 2,166.83 KJ			Energia: 276.65 Kcal / 1,156.40 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.84 g	5.84 g	2.02 g	8.32 g	7.82 g	3.09 g	10.74 g	18.10 g	12.20 g	13.70 g	13.27 g	7.51 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.38 g	0.00 g	0.92 g	28.64 g	0.00 g	0.80 g	76.30 g	21.50 g	1.08 g	25.28 g	0.00 g	1.96 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g		
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 | |
- Quadro Byte Zrt
Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető
 2024.10.30. 9:29:51 | QB - Élelem