


Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Győr Iskolás (7-14 év)	Poharas tej Margarinos Félbarna kenyér Mézzel			Narancslé Margarinos Korpás kenyér Diákcsemegével Paradicsommal			Barackos tea Padlizsánkrémes Zsemle			Citromos tea Majonézes tojáskrémes Félbarna kenyérral Paprikával			Kakaó Kaláccsal		
		Energia: 334.97 Kcal / 1,400.17 KJ			Energia: 298.55 Kcal / 1,247.94 KJ			Energia: 365.37 Kcal / 1,527.25 KJ			Energia: 387.15 Kcal / 1,618.29 KJ			Energia: 241.89 Kcal / 1,011.10 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12.76 g	5.60 g	2.71 g	7.06 g	6.20 g	2.27 g	5.70 g	13.66 g	5.40 g	8.76 g	15.53 g	4.68 g	7.07 g	6.31 g	2.60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.18 g	16.20 g	0.33 g	54.01 g	0.00 g	1.23 g	54.38 g	24.98 g	0.57 g	53.32 g	19.98 g	0.56 g	38.91 g	4.20 g	0.63 g		
1,7			1,(7)			1,3,7,10,(12)			1,3,7,10,(12)			1,3,7				
Ebéd	Győr Iskolás (7-14 év)	Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Rántott halrúd Kukoricás rizzsel Tartármártással			Vajgaluskaleves Zöldborsós sertésragu Tarhonya körettel Narancs			Paradicsomleves Betűtészta Gyros tál Vitaminsalátával			Jókai bableves Félbarna kenyérral Morzsás nudli Baracklevárral Porcukor szóráttal Alma			Csontleves Burgonyafőzelék Bécsi virslivel Félbarna kenyérral		
		Energia: 906.54 Kcal / 3,789.34 KJ			Energia: 633.41 Kcal / 2,647.65 KJ			Energia: 632.11 Kcal / 2,642.22 KJ			Energia: 850.62 Kcal / 3,555.59 KJ			Energia: 533.11 Kcal / 2,228.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		38.31 g	47.89 g	10.31 g	23.20 g	26.90 g	6.78 g	27.83 g	14.53 g	4.03 g	28.19 g	12.31 g	3.16 g	22.11 g	27.94 g	7.05 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
79.77 g	20.29 g	2.50 g	73.08 g	0.03 g	5.10 g	96.80 g	44.43 g	4.92 g	153.84 g	22.49 g	2.86 g	81.90 g	0.04 g	1.29 g		
1,3,4,7,9,10,(6),(11),(12)			1,3,9,(7)			1,3,7,9,(10)			1,7,9,(12)			1,3,7,9				
Uzsonna	Győr Iskolás (7-14 év)	Margarinos Korpás zsemle Turista felvágottal Paprikával			Helyben sült csokoládékrémes rúd			Margarinos Graham kenyér Szendvics sonkával Uborkával			Margarinos Korpás zsemle Baromfi párizsival Jégcsapretekkel			Helyben sült sajtkrémes rúd Alma		
		Energia: 246.83 Kcal / 1,031.75 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 219.84 Kcal / 918.93 KJ			Energia: 222.09 Kcal / 928.34 KJ			Energia: 216.18 Kcal / 903.63 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9.62 g	10.00 g	3.75 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	13.02 g	3.05 g	1.28 g	8.60 g	7.84 g	3.10 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
29.49 g	0.00 g	1.52 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	35.01 g	3.30 g	1.79 g	29.35 g	4.68 g	1.26 g	43.78 g	0.00 g	1.71 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(7)			1,(7)			1,7				

Az étlanváltogatás inoát fenntartunk! 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-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges élelmiszer adalék	

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmészvezető
2024.04.17. 8:57:31 | QB - Élelem