


Heti étlap 2024.12.16. - 2024.12.20.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Győr Iskolás (7-14 év)	Szívószás kakaó Kíflivel			Barackos tea Sütőtökös sajtkrémes Rozskenyér			Csipkebogyó tea Margarinos Korpás kenyér Paprikás szalámmal			Poharas tej Margarinos Korpás kenyér Sajt szelettel Paradicsommal			Citromos tea Tonhalkrémes Félbarna kenyér		
		Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 326.31 Kcal / 1,363.98 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.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.76 g	0.28 g	0.10 g	7.25 g	13.00 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
22.80 g	0.00 g	0.41 g	44.61 g	13.19 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				
Ebéd	Győr Iskolás (7-14 év)	Almás-fahéjas szilvales Marhapörkölt Tarhonyával Vegyes vágottal			Erőleves Főtt sertésszelet Almamártással Főtt burgonyával			Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Narancsos mézes kakukkfűves csirkecomb Vegyes körettel			Zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal Alma			Fejttet bableves Félbarna kenyérral Mákos piskóta Meggyzósszal Szaloncukor		
		Energia: 672.38 Kcal / 2,810.55 KJ			Energia: 452.39 Kcal / 1,890.99 KJ			Energia: 746.29 Kcal / 3,119.49 KJ			Energia: 702.05 Kcal / 2,934.57 KJ			Energia: 1,056.98 Kcal / 4,418.18 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		24.41 g	26.95 g	6.83 g	20.80 g	17.16 g	4.26 g	50.63 g	34.38 g	8.39 g	28.43 g	33.28 g	9.90 g	21.07 g	30.51 g	6.01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
84.02 g	11.39 g	4.59 g	62.73 g	11.99 g	0.85 g	47.89 g	0.58 g	5.14 g	71.43 g	2.08 g	3.03 g	172.76 g	80.46 g	2.07 g		
1,3,7,15,(10),(12)			1,3,7,9			1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,9,(12)				
Uzsonna	Győr Iskolás (7-14 év)	Margarinos Teljes kiőrlésű kenyér Soproni felvágottal Paprikával			Margarinos Zsemle Olasz felvágottal			Poharas csokipuding Kíflivel Alma			Helyben sült sonkás-sajtos pizzaszelet			Margarinos Korpás zsemle Sertés párizsival Paprikával		
		Energia: 266.61 Kcal / 1,114.43 KJ			Energia: 254.34 Kcal / 1,063.14 KJ			Energia: 161.46 Kcal / 674.90 KJ			Energia: 267.80 Kcal / 1,119.40 KJ			Energia: 224.72 Kcal / 939.33 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.09 g	12.08 g	4.38 g	8.81 g	11.59 g	4.47 g	4.36 g	0.88 g	0.10 g	15.74 g	11.09 g	4.91 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	28.59 g	0.00 g	1.38 g	33.30 g	0.00 g	0.43 g	26.13 g	3.03 g	2.02 g	29.61 g	0.00 g	1.25 g		
1,(7)			1,(7)			1,(7)			1,3,7			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-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges élelmiszer adalék	

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmiszevezető
2024.12.10. 11:03:07 | QB - Élelem