


Heti étlap 2024.07.08. - 2024.07.12.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b>  Tízórai	Iskolás 7-10 éves	Puncsos tej Kifli Margarinnal			Erdei gyümölcsös limonádé Csirkemell sonkás Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal			Barackos tea Kenőmájas Félbarna kenyér Uborkával			Tej Snidlinges sajtkrémes Rozskenyér Paprikával			Tej Mogyorókrémes Félbarna kenyér		
		Energia: 314.16 Kcal / 1,313.19 KJ			Energia: 235.51 Kcal / 984.43 KJ			Energia: 318.32 Kcal / 1,330.58 KJ			Energia: 278.89 Kcal / 1,165.76 KJ			Energia: 359.35 Kcal / 1,502.08 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.57 g	5.28 g	2.63 g	9.49 g	3.35 g	1.13 g	9.10 g	6.10 g	2.42 g	7.55 g	8.91 g	9.10 g	13.98 g	9.80 g	1.94 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
55.91 g	20.03 g	0.68 g	41.66 g	9.99 g	0.57 g	56.31 g	25.28 g	0.23 g	41.52 g	9.99 g	0.90 g	53.38 g	9.60 g	0.27 g		
1,7			1,(7)			1,(6),(7),(10)			1,7			1,5,6,7,8				
Ebéd	Iskolás 7-10 éves	Lencsegulyás Burgonyás tészta Csemege uborkával			Pirított tésztaleves Tavaszi rizseshús			Tárkonyos sertésragu leves Tejberizs Kakaó szóráttal Alma			Zellerkrémleves Levesgyönggyel Zöldbabfőzelék Vagdalttal Félbarna kenyérral			Kertészleves Bakonyi sertésragu Orsó tésztával		
		Energia: 701.46 Kcal / 2,932.10 KJ			Energia: 576.51 Kcal / 2,409.81 KJ			Energia: 618.91 Kcal / 2,587.04 KJ			Energia: 655.07 Kcal / 2,738.19 KJ			Energia: 537.32 Kcal / 2,246.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		28.45 g	20.84 g	3.89 g	19.62 g	25.18 g	6.88 g	20.92 g	15.30 g	5.74 g	24.26 g	33.39 g	9.71 g	22.50 g	23.41 g	6.47 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
98.69 g	0.00 g	1.46 g	64.51 g	0.01 g	1.44 g	98.91 g	29.49 g	1.41 g	62.99 g	0.28 g	1.67 g	58.48 g	0.02 g	1.39 g		
1,7,10,15,(3),(12)			1,9,(3)			1,7,9			1,3,7,9			1,7,9,(3)				
Uzsonna	Iskolás 7-10 éves	Soproni felvágottas Graham kenyér Margarinnal Paprikával			Helyben sült csokoládékrémes rúd Őszibarack			Paprikás szalámis Zsemle Margarinnal			Poharas puding Korpás kifli			Zala felvágottas Korpás zsemle Margarinnal Jégcsapretekkel		
		Energia: 250.14 Kcal / 1,045.59 KJ			Energia: 427.05 Kcal / 1,785.07 KJ			Energia: 228.02 Kcal / 953.12 KJ			Energia: 126.03 Kcal / 526.81 KJ			Energia: 198.89 Kcal / 831.36 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.16 g	8.85 g	3.19 g	12.76 g	26.61 g	10.07 g	7.64 g	9.22 g	3.45 g	5.34 g	0.77 g	0.07 g	7.76 g	5.57 g	2.21 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33.36 g	0.00 g	1.23 g	33.16 g	0.00 g	1.39 g	28.55 g	0.00 g	0.72 g	24.28 g	0.00 g	0.56 g	29.52 g	4.68 g	0.98 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			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-csilagfűrt	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.  
 9024 Győr Húnyadi u. 14.  
 Laker City Center „A” Irodaház  
 Cseportos adószám: 17783405-6-13

Élelmezésvezető