


Heti étlap 2024.09.09.-2024.09.13.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
  <b>Reggeli</b>	<b>Középiskola 15-18 éves</b>	Tej Kalács Turista felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Paradicsommal			Citromos limonádé Majonézes tonhalkrém Rozskenyér Paprikával Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal			Karamellás tej Kifli Margarinnal Májusi csemegés Félbarna kenyér Margarinnal			Barackos tea Paprikás szalámis Félbarna kenyér Margarinnal Uborkával Helyben sült vaníliakrém párna			Narancsos limonádé Turista felvágottas Rozskenyér Margarinnal Sajt szelettel Paprikával		
		Energia: 677.83 Kcal / 2,833.33 KJ			Energia: 537.30 Kcal / 2,245.91 KJ			Energia: 581.73 Kcal / 2,431.63 KJ			Energia: 709.74 Kcal / 2,966.71 KJ			Energia: 578.94 Kcal / 2,419.97 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		27.94 g	24.82 g	10.27 g	14.63 g	21.71 g	10.81 g	21.91 g	12.31 g	5.62 g	19.81 g	33.69 g	12.76 g	23.69 g	21.63 g	17.86 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
85.27 g	4.20 g	2.35 g	69.98 g	9.99 g	1.70 g	95.54 g	24.98 g	1.24 g	81.06 g	29.98 g	1.84 g	71.93 g	10.13 g	3.18 g		
1,3,7			1,3,4,7,10			1,7			1,7,(3),(6),(12)			1,7				
<b>Ebéd</b>	<b>Középiskola 15-18 éves</b>	Tárkonyos zöldségleves Sertéspaprikás Szarvacskas tésztával			Magyaros burgonyaleves Lencsefőzelék Bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Csontleves Paradicsommártás Húsgombóccal Félbarna kenyérral			Brokkolikrémleves Piritott kenyérkockával Csikós tokány Párolt rizszel Alma			Minestrone leves Carbonara spagetti Reszelt sajt szóráttal		
		Energia: 924.50 Kcal / 3,864.41 KJ			Energia: 706.34 Kcal / 2,952.50 KJ			Energia: 784.34 Kcal / 3,278.54 KJ			Energia: 971.17 Kcal / 4,059.49 KJ			Energia: 913.43 Kcal / 3,818.14 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		37.68 g	49.55 g	13.23 g	41.25 g	46.57 g	13.96 g	28.45 g	33.43 g	8.58 g	32.43 g	49.68 g	12.22 g	51.29 g	40.82 g	15.08 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
81.18 g	0.02 g	1.84 g	98.80 g	6.01 g	1.75 g	91.51 g	15.03 g	1.75 g	97.41 g	0.04 g	1.18 g	85.25 g	0.01 g	1.73 g		
1,3,7,9			1,7,9,10,(12)			1,3,9			1,7,9			1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)				
<b>Vacsora</b>	<b>Középiskola 15-18 éves</b>	Citromos tea Töltött háromszög			Erdei gyümölcsös tea Budapest ragu Tarhonyával			Epres tea Gyros tál			Gyümölcslé Szilvalekváros gombóc Porcukor szóráttal					
		Energia: 1,026.87 Kcal / 4,292.32 KJ			Energia: 808.81 Kcal / 3,380.83 KJ			Energia: 1,074.60 Kcal / 4,491.83 KJ			Energia: 1,268.97 Kcal / 5,304.29 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		42.51 g	25.75 g	10.02 g	36.18 g	23.58 g	3.48 g	46.60 g	30.67 g	8.20 g	26.79 g	54.43 g	16.45 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
154.07 g	51.07 g	1.62 g	111.86 g	29.98 g	2.18 g	150.59 g	27.77 g	2.03 g	166.36 g	74.94 g	2.34 g					
1,3,7			1,3			7,9,(1),(10)			1,7,(3),(6),(12)							

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	

**Jó étvágyat kívánunk!**

Eatrend Arrabona Zrt.  
8024 Győr Hunyadi u. 14.  
Lézer City Center „A” Irodaház  
Cseppfolyós adószám: 17733408-5-13

Élelmiszer-vezető

