


Heti étlap 2024.12.02 - 2024.12.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat												
 eatrend Tízórai	Iskola 7-10 éves	Dobozos kakaó Fatörzs kifli	Sült paprikakrém Teljes kiőrlésű kenyér	Kenőmájásos Zsemle Uborkával	Főtt tojáskarika Rozskenyér Margarinnal	Poharas tej Mogyorókrém Zsemle	Sült hagymakrém Korpás kenyér												
		Energia: 265.97 Kcal / 1,111.75 KJ	Energia: 209.16 Kcal / 874.29 KJ	Energia: 209.51 Kcal / 875.75 KJ	Energia: 215.09 Kcal / 899.08 KJ	Energia: 359.35 Kcal / 1,502.08 KJ	Energia: 254.84 Kcal / 1,065.23 KJ												
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.00 g	6.25 g	2.57 g	6.09 g	7.55 g	3.33 g	7.66 g	5.80 g	2.37 g	8.61 g	5.24 g	5.98 g	13.98 g	9.80 g	1.94 g	4.64 g	8.07 g	3.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
45.12 g	10.75 g	0.62 g	28.96 g	0.00 g	0.48 g	31.43 g	3.30 g	0.74 g	33.05 g	2.88 g	0.82 g	53.38 g	9.60 g	0.27 g	40.48 g	12.00 g	0.95 g		
1,3,7			1,7			1,(6),(7),(10)			1,3,(7)			1,5,6,7,8			1,7				
Ebéd	Iskola 7-10 éves	Tojásleves Füstölt sajtos-brokkolis pulykaragu Párolt rizszel	Vajgaluska leves Kapros tökfőzelék Virslipörkölttel Félbarna kenyérral	Tárkonyos raguleves Tejberizs Kakaó szórattal Mandarin	Paradicsomleves Rántott hal szezámmagos bundában Burgonyapürével	Téli fűszeres meggyleves Eatrend burger Sült burgonyával	Magyaros karfiolleves Pásztorbúlgur Vegyes vágottal												
		Energia: 698.37 Kcal / 2,919.19 KJ	Energia: 370.06 Kcal / 1,546.85 KJ	Energia: 607.92 Kcal / 2,541.11 KJ	Energia: 969.97 Kcal / 4,054.47 KJ	Energia: 639.77 Kcal / 2,674.24 KJ	Energia: 564.03 Kcal / 2,357.65 KJ												
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		26.25 g	32.25 g	6.82 g	17.26 g	27.76 g	8.47 g	22.81 g	11.50 g	3.98 g	23.07 g	50.64 g	7.39 g	19.01 g	26.11 g	4.68 g	23.77 g	24.86 g	7.33 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
76.44 g	0.05 g	1.56 g	52.54 g	9.01 g	1.40 g	103.49 g	29.49 g	1.78 g	102.99 g	28.02 g	1.39 g	78.65 g	20.80 g	1.16 g	63.40 g	0.01 g	1.39 g		
1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,3,7,9			1,7,9			1,3,4,7,9,11			1,3,7,10,11,(6),(8),(12)			1,9,15,(10),(12)				
Uzsonna	Iskola 7-10 éves	Sertés párizsis Rozskenyér Margarinnal Paprikával	Helyben sült csokoládékrém rúd Alma	Füstölt lencsekrém Félbarna kenyér	Gyümölcsjoghurt Korpás kifli	Bécsi felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Paradicsommal	Helyben sült sajtkrém rúd												
		Energia: 241.60 Kcal / 1,009.89 KJ	Energia: 417.51 Kcal / 1,745.19 KJ	Energia: 222.99 Kcal / 932.10 KJ	Energia: 292.14 Kcal / 1,221.15 KJ	Energia: 246.01 Kcal / 1,028.32 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.99 g	8.63 g	7.48 g	12.31 g	27.06 g	10.07 g	6.97 g	6.70 g	3.09 g	10.93 g	6.56 g	3.20 g	8.92 g	8.82 g	3.38 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	Szénhidrát	Cukor	Só
30.90 g	0.00 g	0.74 g	30.16 g	0.00 g	0.90 g	33.52 g	0.00 g	0.40 g	46.73 g	12.99 g	0.45 g	32.64 g	0.00 g	0.90 g	33.28 g	0.00 g	0.79 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,7,10,(3),(6),(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-csillagfűrt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Arrabona Zrt.
 9024 Győr Hunyadi u. 14.
 Lórádi City Center „A” Irodaház
 Csepel utca 17783408-S-13
 Élelmezésvezető