


Heti étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	Iskolás 7-10 éves	Zala felvágottas Rozskenyér Margarinnal Paprikával			Poharas tej Mini kuglóf			Sertés párizsis Korpás kenyér Margarinnal			Tonhalkrémes Korpás kenyér Uborkával			Dobozos kakaó Briós		
		Energia: 218.40 Kcal / 912.91 KJ			Energia: 563.26 Kcal / 2,354.43 KJ			Energia: 189.00 Kcal / 790.02 KJ			Energia: 244.57 Kcal / 1,022.30 KJ			Energia: 781.06 Kcal / 3,264.83 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9.15 g	6.36 g	6.59 g	16.94 g	20.50 g	13.83 g	6.32 g	6.00 g	2.28 g	4.95 g	12.35 g	3.18 g	38.61 g	8.22 g	4.02 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31.07 g	0.00 g	0.48 g	76.40 g	21.50 g	0.48 g	27.40 g	0.00 g	0.54 g	28.07 g	3.30 g	0.58 g	137.24 g	66.54 g	0.57 g		
1,(7)		7			1,(7)			1,3,4,7,10			1,3,7					
Ebéd	Iskolás 7-10 éves	Zöldborsóleves Burgonyafőzelék Bécsi virslivel Félbarna kenyérrrel			Brokkolikrémleves Pírtott kenyérkockával Hentes tokány Párolt rizszel			Legényfogyó leves Mákos tészta Körte			Magyaros gombaleves Sárgaborsó főzelék Fasírttal Félbarna kenyérrrel			Erőleves Cérnametéllel Marhapörkölt Tarhonyával Csemege uborkával		
		Energia: 483.37 Kcal / 2,020.49 KJ			Energia: 717.94 Kcal / 3,000.99 KJ			Energia: 568.10 Kcal / 2,374.66 KJ			Energia: 659.25 Kcal / 2,755.67 KJ			Energia: 622.50 Kcal / 2,602.05 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		20.67 g	29.99 g	7.81 g	23.91 g	32.53 g	8.38 g	22.07 g	11.60 g	2.59 g	30.76 g	30.14 g	7.13 g	25.06 g	26.94 g	6.32 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
66.80 g	0.05 g	1.27 g	81.51 g	0.03 g	1.19 g	93.28 g	13.74 g	1.12 g	65.89 g	0.02 g	1.30 g	69.20 g	0.00 g	1.36 g		
1,7,9		1,7,9,15,(12)			1,7,9,(3)			1,3,9			1,3,9,15,(12)					
Uzsonna	Iskolás 7-10 éves	Sajtkrémes rúd Alma			Mátrai diákcsemegés Félbarna kenyér Margarinnal Uborkával			Sajtkrémes Zsemle Paradicsommal			Poharas puding Kiflivel			Csirkemell sonkás Rozskenyér Margarinnal Salátalevéellel		
		Energia: 216.18 Kcal / 903.63 KJ			Energia: 219.54 Kcal / 917.68 KJ			Energia: 218.83 Kcal / 914.71 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 194.49 Kcal / 812.97 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8.59 g	2.91 g	3.61 g	8.46 g	6.41 g	2.66 g	6.10 g	8.11 g	4.72 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g	9.51 g	3.65 g	5.60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
43.78 g	0.00 g	0.69 g	31.94 g	3.30 g	0.62 g	30.10 g	0.00 g	0.58 g	22.80 g	0.00 g	0.59 g	30.86 g	0.00 g	0.57 g		
1,7		1,(7)			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-csillagfürt	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!

Estrend Arrabona Zrt.
 9024 Győr Hűnyádi u. 14.
 e-mail: info@eatrend.hu
 Csepporvos adószám: 17783408-S-13

Élelmezésvezető