


Heti étlap 2024.05.06.-2024.05.10.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Reggeli</b>	<b>Középiskola 15-18 éves</b>	Citromos limonádé Zala felvágottas Rozskenyér Margarinnal Paprikával Tejszelet			Tej Mini kuglóf Szendvicssonkás Rozskenyér Margarinnal Paradicsom			Barackos tea Sertés párizsis Korpás kenyér Margarinnal Poharas gyümölcsjoghurt			Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrém Korpás kenyér Diákcsemege Kifli Margarinnal Uborkával			Tej Bríos Tavaszi felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Paprikával		
		Energia: 562.96 Kcal / 2,353.17 KJ			Energia: 991.81 Kcal / 4,145.77 KJ			Energia: 666.63 Kcal / 2,786.51 KJ			Energia: 609.25 Kcal / 2,546.67 KJ			Energia: 682.57 Kcal / 2,853.14 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		20.04 g	18.04 g	15.40 g	40.04 g	28.05 g	25.31 g	18.49 g	17.84 g	7.68 g	12.70 g	33.68 g	9.94 g	28.37 g	18.11 g	7.72 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
79.41 g	15.92 g	0.96 g	143.33 g	21.50 g	0.85 g	107.24 g	42.97 g	0.89 g	63.32 g	16.40 g	0.98 g	101.10 g	5.54 g	0.97 g		
1,3,7			1,7			1,7			1,3,4,7,10			1,3,7				
<b>Ebéd</b>	<b>Középiskola 15-18 éves</b>	Zöldborsóleves Burgonyafőzelék Bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Brokkolikrémleves Pírtott kenyérbocokkal Hentes tokány Párolt rizszel			Legényfogyó leves Fahéjas csiga Körte			Magyaros gombaleves Sárgaborsó főzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Erőleves Cérumetéllel Marhapörkölt Tarhonyával Csemege uborkával		
		Energia: 694.35 Kcal / 2,902.38 KJ			Energia: 949.65 Kcal / 3,969.54 KJ			Energia: 3,171.99 Kcal / 13,258.92 KJ			Energia: 935.71 Kcal / 3,911.27 KJ			Energia: 987.88 Kcal / 4,129.34 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		34.28 g	47.78 g	13.59 g	33.67 g	47.82 g	12.61 g	85.93 g	57.50 g	2.96 g	43.13 g	40.91 g	9.66 g	36.43 g	48.92 g	10.96 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
100.38 g	0.07 g	1.36 g	95.00 g	0.04 g	1.35 g	575.88 g	0.01 g	1.22 g	98.36 g	0.02 g	1.33 g	98.88 g	7.99 g	1.58 g		
1,7,9			1,7,9,15,(12)			1,3,7,9			1,3,9			1,3,9,15,(12)				
<b>Vacsora</b>	<b>Középiskola 15-18 éves</b>	Epres tea Olaszos rakott tészta			Gyümölcslé Túrótöltelikes gombóc Porcukor szóráttal			Meggyes tea Rántott sajt Petrezselymes burgonyával Tartármártással			Citromos tea Pizzás csiga					
		Energia: 871.86 Kcal / 3,644.37 KJ			Energia: 1,030.48 Kcal / 4,307.41 KJ			Energia: 1,569.91 Kcal / 6,562.22 KJ			Energia: 501.13 Kcal / 2,094.72 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		33.65 g	31.18 g	10.53 g	23.24 g	48.01 g	15.64 g	39.60 g	107.67 g	28.04 g	5.18 g	20.68 g	5.44 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
113.03 g	31.10 g	1.20 g	124.74 g	45.28 g	1.16 g	107.57 g	20.99 g	1.28 g	71.29 g	48.07 g	1.82 g					
1,7,(3)			1,7,(3),(6),(12)			1,3,7,10,(12)			1,7,(3),(9)							

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!**

Eatrend Arrabona Zrt.  
9024 Győr Hunyadi u. 14.  
Léon City Center „A” Irodaház  
Csoportos adószám: 17733408-13

Élelmiszevezető

