


Heti étlap 2024.05.06 - 2024.05.10.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b> Tízórai	Iskolás 11-14 éves	Zala felvágottas Rozskenyér Margarinnal Paprikával			Poharas tej Mini kuglóf			Sertés párizsis Korpás kenyér Margarinnal			Tonhalkrém Korpás kenyér Uborkával			Dobozos kakaó Bríós		
		Energia: 238.78 Kcal / 998.10 KJ			Energia: 563.26 Kcal / 2,354.43 KJ			Energia: 210.32 Kcal / 879.14 KJ			Energia: 289.58 Kcal / 1,210.44 KJ			Energia: 781.06 Kcal / 3,264.83 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.52 g	7.96 g	7.17 g	16.94 g	20.50 g	13.83 g	7.51 g	7.82 g	2.96 g	5.19 g	17.15 g	5.01 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
31.18 g	0.00 g	0.52 g	76.40 g	21.50 g	0.51 g	27.42 g	0.00 g	0.56 g	28.24 g	3.30 g	0.62 g	137.24 g	66.54 g	0.63 g		
1,(7)		7			1,(7)			1,3,4,7,10			1,3,7					
Ebéd	Iskolás 11-14 éves	Zöldborsóleves Burgonyafőzelék Bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Brokkolikrémleves Pírtott kenyérkockával Hentes tokány Párolt rizszel			Legényfogyó leves Mákos tészta Körte			Magyaros gombaleves Sárgaborsó főzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Erőleves Cérmaméltal Marhapörkölt Tarhonyával Csemege uborkával		
		Energia: 497.53 Kcal / 2,079.68 KJ			Energia: 726.93 Kcal / 3,038.57 KJ			Energia: 590.37 Kcal / 2,467.75 KJ			Energia: 663.41 Kcal / 2,773.05 KJ			Energia: 622.04 Kcal / 2,600.13 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		20.95 g	30.47 g	7.86 g	23.95 g	33.72 g	8.71 g	22.54 g	13.30 g	3.37 g	30.90 g	30.16 g	7.14 g	25.05 g	26.93 g	6.32 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
69.00 g	0.05 g	1.31 g	81.05 g	0.03 g	1.21 g	94.58 g	13.74 g	1.15 g	66.76 g	0.02 g	1.37 g	69.12 g	0.00 g	1.39 g		
1,7,9		1,7,9,15,(12)			1,7,9,(3)			1,3,9			1,3,9,15,(12)					
Uzsonna	Iskolás 11-14 éves	Sajtkrém rúd Alma			Mátrai diákcsemege Félbarna kenyér Margarinnal Uborkával			Sajtkrém Zsemle Paradicsommal			Poharas puding Kiflivel			Csirkemell sonkás Rozskenyér Margarinnal Salátalevéllal		
		Energia: 216.18 Kcal / 903.63 KJ			Energia: 219.54 Kcal / 917.68 KJ			Energia: 256.66 Kcal / 1,072.84 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 205.54 Kcal / 859.16 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.59 g	2.91 g	3.61 g	8.46 g	6.41 g	2.66 g	6.65 g	11.96 g	7.01 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g	11.21 g	3.93 g	5.69 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
43.78 g	0.00 g	0.71 g	31.94 g	3.30 g	0.66 g	30.30 g	0.00 g	0.67 g	22.80 g	0.00 g	0.62 g	31.28 g	0.00 g	0.61 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](mailto: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.  
 Lektor City Center "A" Irodaház  
 Cseportos adószám: 17783405-S-13

Élelmezésvezető