

Heti étlap 2024.12.16.-2024.12.20.

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|---|-----------------------------|--|--------------|---------|---|-----------------------|--------|--|--------------------|--------|---|--------------|---------|---|---------|--------|
|  Tízórai | Iskola 7-10 éves | Kakaó Kifli Margarinnal | | | Gyümölcsle Sütőtökös sajtkrém Rozskenyér | | | Paprikás szalámi Korpás kenyér Margarinnal | | | Sajt szelet Korpás kenyér Margarinnal Paradicsommal | | | Tonhalkrém Félbarna kenyér | | |
| | | Energia: 126.58 Kcal / 529.10 KJ | | | Energia: 331.54 Kcal / 1,385.84 KJ | | | Energia: 197.20 Kcal / 824.30 KJ | | | Energia: 223.47 Kcal / 934.10 KJ | | | Energia: 240.68 Kcal / 1,006.04 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 3.76 g | 2.28 g | 1.00 g | 7.24 g | 8.65 g | 4.52 g | 6.69 g | 6.28 g | 0.90 g | 9.48 g | 7.74 g | 4.29 g | 6.67 g | 9.37 g | 3.58 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 22.80 g | 0.00 g | 0.41 g | 56.32 g | 0.00 g | 0.70 g | 28.46 g | 0.00 g | 0.76 g | 28.90 g | 0.00 g | 1.16 g | 32.10 g | 0.40 g | 0.02 g | | |
| 1,(7) | | | 1,7 | | | 1,(7) | | | 1,7 | | | 1,3,4,7,10 | | | | |
| Ebéd | Iskola 7-10 éves | Zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal Alma | | | Erőleves Párolt sertésszelet Almamártással Pírtott darával | | | Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Narancsos csirkecomb Vegyes körettel | | | Almás-fahéjas szilvaleves Marhapörkölt Tarhonyával Vegyes vágottal | | | Szárzabbaleves Mákos piskóta Meggyszósszal | | |
| | | Energia: 629.95 Kcal / 2,633.19 KJ | | | Energia: 424.17 Kcal / 1,773.03 KJ | | | Energia: 743.73 Kcal / 3,108.79 KJ | | | Energia: 661.70 Kcal / 2,765.91 KJ | | | Energia: 1,005.30 Kcal / 4,202.15 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 28.48 g | 26.23 g | 8.58 g | 21.14 g | 13.10 g | 3.75 g | 51.45 g | 31.16 g | 7.32 g | 24.37 g | 27.10 g | 6.83 g | 27.60 g | 25.83 g | 4.92 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 68.40 g | 2.05 g | 1.22 g | 64.90 g | 12.00 g | 1.09 g | 52.42 g | 0.29 g | 1.49 g | 81.08 g | 9.09 g | 1.54 g | 163.92 g | 70.44 g | 1.39 g | | |
| 1,3,7,9,(6),(12) | | | 1,3,7,9,(10) | | | 1,3,7,9,(6),(10),(11) | | | 1,3,7,15,(10),(12) | | | 1,3,7,9,(12) | | | | |
| Uzsonna | Iskola 7-10 éves | Soproni felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Paprikával | | | Töltött háromszög | | | Poharas puding Kifli | | | Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal | | | Sertés párizsis Korpás zsemle Margarinnal Paprikával | | |
| | | Energia: 233.13 Kcal / 974.48 KJ | | | Energia: 412.33 Kcal / 1,723.54 KJ | | | Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ | | | Energia: 211.94 Kcal / 885.91 KJ | | | Energia: 234.88 Kcal / 981.80 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 8.72 g | 9.00 g | 3.23 g | 21.05 g | 12.86 g | 5.02 g | 3.76 g | 0.28 g | 0.10 g | 7.74 g | 7.39 g | 2.84 g | 8.06 g | 9.33 g | 3.45 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 29.24 g | 0.00 g | 0.98 g | 52.97 g | 1.50 g | 0.81 g | 22.80 g | 0.00 g | 0.35 g | 28.56 g | 0.00 g | 0.75 g | 29.60 g | 0.00 g | 1.17 g | | |
| 1,(7) | | | 1,3,7 | | | 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-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!

Sová
Eatrend Arrabona Zrt.
9024 Győr Hunyadi u. 14.
Lélek City Center "A" irodaház
Csoportos adószám: 17783405-5-13

Élelmézsvezető