

03. heti felső tagozatos étlap 2025.01.13.- 2024.01.17.

eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Fokhagymakrémleves Levesgyönggyel Csikós tokány Párolt rizszel			Tojásleves Zöldborsófőzelék Panírozott dinóval Félbarna kenyér			Citromos almaleves Stefánia vagdalt Burgonyapürével			Májgaluskaleves Tarhonyáshús Céklasalátával			Tejfölös zöldbableves Sajtos-tejfölös tészta Alma		
Ebéd A menü	Iskolás 11-14 év	Energia: 897.98 Kcal / 3,753.56 KJ			Energia: 551.21 Kcal / 2,304.06 KJ			Energia: 701.00 Kcal / 2,930.18 KJ			Energia: 605.02 Kcal / 2,528.98 KJ			Energia: 628.59 Kcal / 2,627.51 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		23.04 g	52.05 g	14.43 g	17.57 g	21.47 g	1.46 g	25.15 g	28.22 g	5.87 g	26.43 g	25.38 g	9.75 g	24.72 g	26.07 g	7.08 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		83.66 g	0.26 g	3.15 g	72.50 g	10.06 g	2.67 g	90.29 g	13.99 g	4.63 g	68.04 g	4.84 g	2.03 g	72.72 g	0.00 g	0.68 g
		1,3,7,9			1,3,7,9			1,3,7			1,3,9,15,(12)			1,3,7,9		
Ebéd B menü	Iskolás 11-14 év	Energia: 643.12 Kcal / 2,688.24 KJ			Energia: 536.93 Kcal / 2,244.37 KJ			Energia: 704.91 Kcal / 2,946.52 KJ			Energia: 662.90 Kcal / 2,770.92 KJ			Energia: 397.46 Kcal / 1,661.38 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		20.26 g	40.18 g	10.39 g	25.84 g	16.95 g	2.80 g	34.81 g	25.64 g	6.94 g	25.30 g	32.95 g	3.38 g	24.94 g	21.21 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		49.76 g	0.26 g	2.01 g	69.65 g	0.01 g	4.71 g	88.18 g	17.99 g	3.59 g	66.58 g	4.54 g	1.43 g	82.64 g	0.00 g	0.02 g
		1,3,7,9			1,3,7,9			1,3,7			1,3,7,9			1,3,7,9,(12)		
Ebéd C menü	Iskolás 11-14 év	Energia: 890.24 Kcal / 3,721.20 KJ			Energia: 484.26 Kcal / 2,024.21 KJ			Energia: 715.34 Kcal / 2,990.12 KJ			Energia: 745.37 Kcal / 3,115.65 KJ			Energia: 1,077.92 Kcal / 4,505.71 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		33.67 g	45.08 g	11.18 g	28.93 g	13.07 g	1.30 g	24.07 g	29.75 g	5.34 g	28.14 g	40.35 g	13.42 g	24.30 g	48.41 g	14.47 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		86.84 g	0.26 g	3.32 g	62.18 g	0.01 g	3.12 g	92.22 g	13.99 g	2.21 g	72.50 g	0.04 g	3.34 g	134.68 g	45.95 g	9.00 g
		1,3,7,9			1,3,9			1,7			1,3,9			1,7,9,(3),(6),(12)		

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-szezámm

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.

Céginformációs a/szám: 17783408-5-13

38. konyha

Élelmezésvezető