


04. heti felső tagozatos étlap 2025.01.20.- 2025.01.24.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Ebéd A menü</b>	<b>Iskolás 11-14 év</b>	Kerti zöldségleves Carbonara spagetti Reszelt sajt szóráttal			Reszelt tészta leves Burgonyafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérrrel			Csontleves cérnametélttel Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával			Francia hagymaleves Levesgyönggyel Mediterrán sertésragu Spanyol rizszel			Tejfölös bableves Tejbegríz Kakaó szóráttal Alma		
		Energia: 562.60 Kcal / 2,351.67 KJ			Energia: 683.88 Kcal / 2,858.62 KJ			Energia: 604.56 Kcal / 2,527.06 KJ			Energia: 727.23 Kcal / 3,039.82 KJ			Energia: 567.91 Kcal / 2,373.86 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		32.17 g	21.42 g	21.79 g	23.35 g	29.54 g	10.15 g	20.85 g	24.41 g	4.01 g	18.97 g	37.97 g	3.62 g	17.47 g	10.41 g	2.13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		60.04 g	0.02 g	4.07 g	79.50 g	0.00 g	2.35 g	74.34 g	15.03 g	2.14 g	76.95 g	0.26 g	0.97 g	100.16 g	24.18 g	0.72 g
1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)			1,3,7			1,3,9			1,3,7,9,(10)			1,7,9				
<b>Ebéd B menü</b>	<b>Iskolás 11-14 év</b>	Kerti zöldségleves Székelykáposzta Félbarna kenyérrrel			Reszelt tészta leves Csirkemáj rizottó Reszelt sajt szóráttal			Csontleves cérnametélttel Bakonyi sertésragu Masni tésztával			Francia hagymaleves Levesgyönggyel Chilis bab Félbarna kenyérrrel			Tejfölös bableves Burgonyás tészta Csemege uborkával Alma		
		Energia: 387.83 Kcal / 1,621.13 KJ			Energia: 663.22 Kcal / 2,772.26 KJ			Energia: 331.46 Kcal / 1,385.50 KJ			Energia: 706.82 Kcal / 2,954.51 KJ			Energia: 649.07 Kcal / 2,713.11 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		17.89 g	20.68 g	5.96 g	33.93 g	17.99 g	9.45 g	16.92 g	19.40 g	2.89 g	30.78 g	31.19 g	3.62 g	20.76 g	17.45 g	0.96 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		32.05 g	0.02 g	2.54 g	90.83 g	0.00 g	1.78 g	21.83 g	0.04 g	0.80 g	75.22 g	0.26 g	1.57 g	100.39 g	0.00 g	3.03 g
1,7,9,(12)			1,3,7			1,3,7,9			1,3,7			1,3,7,9,15,(12)				
<b>Ebéd C menü</b>	<b>Iskolás 11-14 év</b>	Kerti zöldségleves Húsos rakott burgonya			Reszelt tészta leves Hentes tokány Tarhonya körettel			Csontleves cérnametélttel Hawai csirkemell Párolt rizszel			Francia hagymaleves Levesgyönggyel Stroganoff sertésragu Orsó tésztával			Tejfölös bableves Mákos nudli Porcukorral Alma		
		Energia: 514.02 Kcal / 2,148.60 KJ			Energia: 727.78 Kcal / 3,042.12 KJ			Energia: 607.34 Kcal / 2,538.68 KJ			Energia: 666.51 Kcal / 2,786.01 KJ			Energia: 811.52 Kcal / 3,392.15 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		19.28 g	21.81 g	10.40 g	28.21 g	31.10 g	1.36 g	33.46 g	15.90 g	0.20 g	27.63 g	26.64 g	3.62 g	20.65 g	27.14 g	1.27 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		58.87 g	0.02 g	11.24 g	82.52 g	0.00 g	3.01 g	81.36 g	0.04 g	1.02 g	78.56 g	0.26 g	0.97 g	117.89 g	9.99 g	1.27 g
1,7,9			1,3,15,(12)			1,3,7,9			1,3,7,10,15,(12)			1,7,9				

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-csillagfűrt

16-édesgyökér

2-rák

5-földimogyoró

8-diófélék

11-szezámm

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.

Telefonos a/szám: 17783408-5-13

38. konyha

Élelmészvezető