


08. heti felső tagozatos étlap 2025.02.17- 2025.02.21.

 eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Májgaluska leves Káposztás tészta Porcukor szórat Alma			Citromos almaleves Rántott sajt Párolt rizszel Tartármártással			Lebbencsleves Zöldbabfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérrrel			Vegyes zöldségkrémleves Kölesgolyóval Puszta-pörkölt Félbarna kenyérrrel Házi vitaminalátával			Tárkonyos zöldségleves Vaníliás piskóta Csokoládé öntettel		
Ebéd A menü	Iskolás 11-14 év	Energia: 449.03 Kcal / 1,876.95 KJ			Energia: 916.39 Kcal / 3,830.51 KJ			Energia: 684.48 Kcal / 2,861.13 KJ			Energia: 694.76 Kcal / 2,904.10 KJ			Energia: 787.82 Kcal / 3,293.09 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		16.89 g	6.71 g	1.04 g	21.23 g	55.16 g	8.56 g	25.29 g	33.72 g	8.38 g	23.61 g	28.63 g	7.09 g	18.32 g	22.81 g	0.90 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		80.43 g	14.03 g	1.60 g	87.20 g	14.79 g	3.29 g	68.90 g	0.02 g	6.50 g	84.92 g	5.03 g	5.02 g	127.82 g	4.02 g	1.80 g
		1,3,9			1,3,7,10,(12)			1,3,7,9			1,7,9			1,3,7,9,15		
Ebéd B menü	Iskolás 11-14 év	Energia: 451.40 Kcal / 1,886.85 KJ			Energia: 914.54 Kcal / 3,822.78 KJ			Energia: 605.72 Kcal / 2,531.91 KJ			Energia: 352.96 Kcal / 1,475.37 KJ			Energia: 462.28 Kcal / 1,932.33 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.60 g	7.13 g	1.11 g	24.65 g	48.24 g	5.78 g	23.71 g	21.68 g	2.69 g	25.26 g	19.44 g	4.10 g	15.90 g	4.96 g	2.03 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		81.36 g	15.77 g	0.84 g	98.75 g	18.79 g	3.15 g	76.77 g	0.02 g	4.90 g	20.12 g	0.03 g	1.88 g	89.90 g	19.50 g	2.49 g
		1,3,8,9,(5)			1,3,7			1,3,4,7,9			1,7,9			1,7,9,(12)		
Ebéd C menü	Iskolás 11-14 év	Energia: 565.49 Kcal / 2,363.75 KJ			Energia: 710.88 Kcal / 2,971.48 KJ			Energia: 646.55 Kcal / 2,702.58 KJ			Energia: 537.18 Kcal / 2,245.41 KJ			Energia: 569.67 Kcal / 2,381.22 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		24.70 g	21.81 g	1.67 g	21.02 g	31.70 g	1.35 g	28.98 g	18.94 g	3.69 g	21.02 g	34.62 g	14.19 g	26.43 g	19.56 g	3.10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		72.92 g	0.04 g	2.09 g	89.78 g	13.99 g	1.23 g	89.26 g	3.26 g	5.57 g	34.55 g	4.17 g	2.97 g	71.62 g	0.02 g	2.08 g
		1,3,7,9,10,15,(12)			1,7,15,(12)			1,3,7,9,10,(12)			1,3,7,9,10,15,(12)			1,3,7,9		

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-szezám	14-puhatestűk	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Arrabona Zrt.
 9024 Győr, Hunyadi u. 14.
 Cégjegyzéki szám: 17783408-5-13
 38. konyha
 Élelmezésvezető