


08. heti Tanár étlap 2025.02.17 - 2025.02.21

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
  <b>Ebéd A menü</b>	<b>Felnőtt</b>	Májgaluska leves Káposztás tészta Porcukor szórat Alma			Citromos almaleves Rántott sajt Párolt rizszel Tartármártással			Lebbencsleves Zöldbabfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Vegyes zöldségkrémleves Kölesgolyóval Pusztapörkölt Félbarna kenyérral Házi vitaminsalátával			Tárkonyos zöldségleves Vaníliás piskóta Csokoládé öntettel		
		Energia: 556.79 Kcal / 2,327.38 KJ			Energia: 1,438.40 Kcal / 6,012.51 KJ			Energia: 997.24 Kcal / 4,168.46 KJ			Energia: 998.14 Kcal / 4,172.23 KJ			Energia: 1,086.80 Kcal / 4,542.82 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		22.26 g	8.53 g	0.79 g	35.61 g	96.08 g	16.31 g	36.53 g	48.01 g	12.27 g	35.97 g	42.98 g	11.18 g	25.27 g	31.99 g	1.32 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		98.08 g	15.04 g	2.03 g	111.34 g	23.98 g	7.04 g	103.17 g	0.02 g	8.95 g	116.22 g	8.05 g	6.04 g	174.94 g	4.02 g	2.30 g
1,3,9			1,3,7,10,(12)			1,3,7,9			1,7,9			1,3,7,9,15				
<b>Ebéd B menü</b>	<b>Felnőtt</b>	Májgaluska leves Dejős tészta Porcukor szórat Alma			Citromos almaleves Rántott sertésszelet Tört burgonyával Házi káposztasalátával			Lebbencsleves Rácós rakott hal			Vegyes zöldségkrémleves Gombás-csirkes rizottó Reszelt sajttal			Tárkonyos zöldségleves Tejberizs Gyümölcsöntettel		
		Energia: 609.06 Kcal / 2,545.87 KJ			Energia: 1,459.93 Kcal / 6,102.51 KJ			Energia: 883.61 Kcal / 3,693.49 KJ			Energia: 454.08 Kcal / 1,898.05 KJ			Energia: 607.57 Kcal / 2,539.64 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		20.70 g	12.46 g	1.06 g	37.24 g	85.51 g	9.03 g	35.72 g	32.80 g	4.77 g	33.51 g	26.45 g	6.04 g	19.84 g	6.26 g	2.46 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		103.80 g	21.03 g	1.08 g	139.14 g	28.97 g	5.37 g	108.05 g	0.02 g	6.44 g	20.75 g	0.01 g	2.70 g	120.01 g	32.49 g	2.99 g
1,3,8,9,(5)			1,3,7			1,3,4,7,9			1,7,9			1,7,9,(12)				
<b>Ebéd C menü</b>	<b>Felnőtt</b>	Májgaluska leves Stroganoff sertésragu Bulgurral Alma			Citromos almaleves Hentes tokány Párolt rizszel			Lebbencsleves Mézes-mustáros csirkeragu Párolt rizszel			Vegyes zöldségkrémleves Fokhagymás sertésszelet Franciasalátával			Tárkonyos zöldségleves Paradicsomos-gombás tészta Reszelt sajt szóráttal		
		Energia: 791.13 Kcal / 3,306.92 KJ			Energia: 967.12 Kcal / 4,042.56 KJ			Energia: 875.77 Kcal / 3,660.72 KJ			Energia: 780.07 Kcal / 3,260.69 KJ			Energia: 726.55 Kcal / 3,036.98 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		35.53 g	33.24 g	1.70 g	30.03 g	45.22 g	2.51 g	44.60 g	28.03 g	6.89 g	32.94 g	50.49 g	18.32 g	33.85 g	27.25 g	4.65 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		94.00 g	0.05 g	2.90 g	115.51 g	22.98 g	3.01 g	110.19 g	4.07 g	8.63 g	47.27 g	5.24 g	3.98 g	85.93 g	0.02 g	2.71 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-puhatestűek

3-tojás

6-szója

9-zeller

12-kéndioxid-szulfít

15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Arrabona Zrt.

9024 Győr, Hunyadi u. 14.

Céginformációs iroda száma: 17783408-5-13

.....38. konyha.....

Élelmezésvezető