

14. heti Tanár étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Ebéd A menü</b>	<b>Felnőtt</b>	Cheddar sajtkrémleves Nachosszal Tavaszi sertésragu Párolt rizszel			Karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával			Rántott leves Pírtott kenyérkockával Bakonyi sertésragu Orsó tésztával			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejbebriz Kakaó szóráttal Alma			Daragaluska leves Túrós-barackos rakott tészta		
		Energia: 1,017.26 Kcal / 4,252.15 KJ			Energia: 785.09 Kcal / 3,281.68 KJ			Energia: 912.60 Kcal / 3,814.67 KJ			Energia: 1,039.00 Kcal / 4,343.02 KJ			Energia: 934.95 Kcal / 3,908.09 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
		32.13 g	55.84 g	11.74 g	27.89 g	39.46 g	5.79 g	40.50 g	42.99 g	4.54 g	37.85 g	18.69 g	6.46 g	35.59 g	19.35 g	0.29 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		92.64 g	29.22 g	3.20 g	78.52 g	15.03 g	3.30 g	89.98 g	0.05 g	1.41 g	178.91 g	56.45 g	3.39 g	153.48 g	0.03 g	2.81 g
1,7,(3),(6),(10),(11)			1,3,9			1,3,7			1,7			1,3,7,9				
<b>Ebéd B menü</b>	<b>Felnőtt</b>	Cheddar sajtkrémleves Nachosszal Rakott zöldbab bulgurral			Karfiolleves Kínai pírított tészta csirkecsíkokkal			Rántott leves Pírtott kenyérkockával Zöldborsófőzelék Csirke nuggettsel Félbarna kenyérral			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Morzsás nudli Baracklevéllel Porcukor szóráttal Alma			Daragaluska leves Burgonyás tészta Csemege uborkával		
		Energia: 953.69 Kcal / 3,986.42 KJ			Energia: 503.41 Kcal / 2,104.25 KJ			Energia: 1,047.60 Kcal / 4,378.97 KJ			Energia: 1,059.36 Kcal / 4,428.12 KJ			Energia: 640.93 Kcal / 2,679.09 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
		34.32 g	56.33 g	7.57 g	41.42 g	8.28 g	0.38 g	49.06 g	41.93 g	3.64 g	37.38 g	13.47 g	2.89 g	21.24 g	14.66 g	1.48 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		78.55 g	29.22 g	3.86 g	65.51 g	0.04 g	1.07 g	117.26 g	12.04 g	6.98 g	193.28 g	28.68 g	3.49 g	104.79 g	0.03 g	7.30 g
1,7,(3),(6),(10),(11)			1,3,6			1,7,(3)			1,(12)			1,3,9,15,(12)				
<b>Ebéd C menü</b>	<b>Felnőtt</b>	Cheddar sajtkrémleves Nachosszal Fokhagymás sertészelet Tört burgonyával			Karfiolleves Hentes tokány Párolt rizszel			Rántott leves Pírtott kenyérkockával Mágyarakás			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Káposztás cvekedi Alma			Daragaluska leves Rántott karfiol Párolt rizszel Tartármártással		
		Energia: 791.56 Kcal / 3,308.72 KJ			Energia: 848.33 Kcal / 3,546.02 KJ			Energia: 916.75 Kcal / 3,832.02 KJ			Energia: 815.32 Kcal / 3,408.04 KJ			Energia: 1,107.70 Kcal / 4,630.19 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
		32.52 g	42.56 g	11.58 g	29.29 g	45.61 g	1.49 g	28.49 g	30.79 g	0.94 g	36.42 g	19.16 g	3.22 g	16.31 g	72.91 g	10.88 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		68.38 g	29.45 g	2.31 g	79.50 g	0.04 g	3.05 g	129.92 g	0.05 g	1.18 g	122.87 g	5.00 g	3.62 g	95.36 g	1.03 g	7.21 g
1,7,(3),(6),(10),(11)			1,15,(12)			1,3,7,8,(5),(12)			1,3			1,3,7,9,10,(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
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid

13-csillagfűrt	16-édesgyökér
14-puhatestűek	
15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Arrabona Zrt.  
9024 Győr, Hunyadi u. 14.  
Kisborsos alagszám: 17783408-5-13  
38. konyha  
Élelmezésvezető