


17. heti gimnázium étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <p>Ebéd A menü</p>	<p>Középiskolás 15-18 év</p>	Csontleves cérnametéllel Burgonyafőzelék Bécsi virslivel Félbarna kenyér			Vajgaluska leves Zöldborsós sertésragu Tarhonyával			Paradicsomleves betűtésztával Gyrosos csirkemell csíkok Fűszeres burgonyával Vitaminalátával Joghurtos öntettel			Jókai bableves Félbarna kenyér Morzsás Nudli Baracklevárral Porcukor szóráttal Alma			Füstölt sajtos karfiolkréMLEVES levesgyönggyel Rántott halrúd Kukoricás rizzsel Tartármártással		
		Energia: 895.97 Kcal / 3,745.15 KJ			Energia: 783.76 Kcal / 3,276.12 KJ			Energia: 919.35 Kcal / 3,842.88 KJ			Energia: 1,145.53 Kcal / 4,788.32 KJ			Energia: 1,347.37 Kcal / 5,632.01 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		31.26 g	43.37 g	12.08 g	30.41 g	36.05 g	11.42 g	43.76 g	15.20 g	6.32 g	38.72 g	16.29 g	4.52 g	49.04 g	82.22 g	14.32 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		93.53 g	0.04 g	7.65 g	83.33 g	0.23 g	4.82 g	149.93 g	48.16 g	5.93 g	207.36 g	28.73 g	4.69 g	101.60 g	22.93 g	2.63 g
1,3,7,9			1,3,9,(7)			1,3,7,9,(10)			1,7,9,(12)			1,3,4,7,9,10,(6),(11),(12)				
<p>Ebéd B menü</p>	<p>Középiskolás 15-18 év</p>	Csontleves cérnametéllel Sertéssült Gombamártással Párolt rizzsel			Vajgaluska leves Stefánia vagdalt Burgonyapürével			Paradicsomleves betűtésztával Szezámagos rántott sertésszelet Kukoricás rizzsel			Jókai bableves Félbarna kenyér Mákos tészta Alma			Füstölt sajtos karfiolkréMLEVES levesgyönggyel Spenótos- sajtos rakott penne		
		Energia: 794.96 Kcal / 3,322.93 KJ			Energia: 859.61 Kcal / 3,593.17 KJ			Energia: 1,480.84 Kcal / 6,189.91 KJ			Energia: 1,045.28 Kcal / 4,369.27 KJ			Energia: 803.15 Kcal / 3,357.17 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		41.86 g	27.84 g	3.72 g	33.94 g	41.72 g	8.60 g	42.49 g	66.88 g	1.03 g	40.17 g	30.99 g	6.52 g	26.56 g	37.57 g	3.27 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		94.46 g	0.25 g	5.36 g	85.04 g	0.02 g	7.16 g	175.39 g	39.96 g	4.77 g	150.06 g	20.03 g	3.72 g	89.00 g	0.30 g	1.17 g
1,3,9,(10)			1,3,7,9			1,3,9,11			1,3,7,9			1,3,7,9,(6),(10),(11)				
<p>Ebéd C menü</p>	<p>Középiskolás 15-18 év</p>	Csontleves cérnametéllel Rakott karfiol			Vajgaluska leves Csirke pörkölt Szarvacska tésztával			Paradicsomleves betűtésztával Borsos tokány Orsó tésztával			Jókai bableves Félbarna kenyér Tejberizs Áfonya lekvárral Alma			Füstölt sajtos karfiolkréMLEVES levesgyönggyel Szilvatöltelékű gombóc Porcukor szóráttal		
		Energia: 574.27 Kcal / 2,400.45 KJ			Energia: 587.41 Kcal / 2,455.37 KJ			Energia: 1,021.35 Kcal / 4,269.24 KJ			Energia: 1,018.80 Kcal / 4,258.58 KJ			Energia: 1,388.10 Kcal / 5,802.26 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		28.76 g	25.23 g	7.01 g	37.23 g	17.01 g	2.38 g	36.10 g	34.28 g	9.11 g	37.29 g	20.17 g	6.59 g	34.28 g	65.28 g	23.01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		57.38 g	0.04 g	6.41 g	70.53 g	0.02 g	4.13 g	140.79 g	39.96 g	5.97 g	170.53 g	29.33 g	4.45 g	164.46 g	60.24 g	13.89 g
1,3,7,9			1,3,9,(7)			1,3,9			1,7,9,(12)			1,3,7,9,(6),(10),(11),(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
2-rák
3-tojás

4-hal
5-földimogyoró
6-szója

7-tejtermék,laktóz
8-diófélék
9-zeller

10-mustár
11-szezámm
12-kéndioxid-szulfid

13-csillagfürt
14-puhatestűek
15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Arrabona Zrt.
2024 Győr, Hunyadi u. 14.
Tel: 06 90 783 408-5-13
38. konyha
Élelmezésvezető