


17. heti tanár étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Ebéd A menü	Felnőtt	Csontleves cérnametéllel Burgonyafőzelék Bécsi virslivel Félbarna kenyér			Vajgaluska leves Zöldborsós sertésragu Tarhonyával			Paradicsomleves betűtésztaival Gyrosos csirkemell csíkok Fűszeres burgonyával Vitaminsalátával Joghurtos öntettel			Jókai bableves Félbarna kenyér Morzsás nudli Baracklevárral Porcukor szórattal Alma			Füstölt sajtos karfiolkréMLEVES levesgyönggyel Rántott halrúd Kukoricás rizzsel Tartármártással		
		Energia: 880.68 Kcal / 3,681.24 KJ			Energia: 810.35 Kcal / 3,387.26 KJ			Energia: 995.59 Kcal / 4,161.57 KJ			Energia: 1,189.09 Kcal / 4,970.40 KJ			Energia: 1,347.37 Kcal / 5,632.01 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
		31.43 g	40.57 g	11.75 g	30.76 g	38.71 g	11.48 g	43.37 g	15.59 g	6.38 g	40.56 g	17.90 g	4.02 g	49.04 g	82.22 g	14.58 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		95.71 g	0.04 g	6.82 g	83.62 g	0.25 g	4.82 g	168.45 g	48.18 g	5.88 g	212.93 g	28.73 g	4.97 g	101.60 g	27.70 g	2.66 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)				
Ebéd B menü	Felnőtt	Csontleves cérnametéllel Sertéssült Gombamártással Párolt rizzsel			Vajgaluska leves Stefánia vágdalt Burgonyapürével			Paradicsomleves betűtésztaival Szezámagos rántott sertésszelet Kukoricás rizzsel			Jókai bableves Félbarna kenyér Mákos tészta Alma			Füstölt sajtos karfiolkréMLEVES levesgyönggyel Spenótos-sajtós rakott penne		
		Energia: 799.01 Kcal / 3,339.86 KJ			Energia: 859.61 Kcal / 3,593.17 KJ			Energia: 1,551.47 Kcal / 6,485.14 KJ			Energia: 1,087.30 Kcal / 4,544.91 KJ			Energia: 803.15 Kcal / 3,357.17 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
		41.87 g	28.32 g	6.70 g	33.94 g	41.72 g	9.03 g	42.04 g	66.79 g	1.06 g	41.99 g	32.58 g	6.02 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
		94.39 g	0.29 g	5.40 g	85.04 g	0.02 g	7.34 g	193.62 g	39.96 g	4.62 g	155.29 g	20.03 g	4.00 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)				
Ebéd C menü	Felnőtt	Csontleves cérnametéllel Rakott karfiol			Vajgaluskaleves Csirke pörkölt Szarvacska tésztával			Paradicsomleves betűtésztaival Borsos tokány Orsó tésztával			Jókai bableves Félbarna kenyér Tejberizs Áfonya lekvárral Alma			Füstölt sajtos karfiolkréMLEVES levesgyönggyel Szilvátöltelkes gombóc Porcukor szórattal		
		Energia: 573.51 Kcal / 2,397.27 KJ			Energia: 713.78 Kcal / 2,983.60 KJ			Energia: 1,091.98 Kcal / 4,564.48 KJ			Energia: 1,079.71 Kcal / 4,513.19 KJ			Energia: 1,580.46 Kcal / 6,606.32 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
		28.75 g	25.23 g	7.01 g	57.93 g	22.21 g	2.38 g	35.65 g	34.19 g	9.96 g	39.17 g	21.79 g	6.43 g	39.00 g	76.08 g	23.01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		57.18 g	0.04 g	5.43 g	69.60 g	0.02 g	4.33 g	159.02 g	39.96 g	5.83 g	180.34 g	33.82 g	4.89 g	183.31 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

4-hal

7-tejtermék,laktóz

10-mustár

13-csillagfürt

16-édesgyökér

2-rák

5-földimogyoró

8-diófélék

11-szezám

14-puhatestűek

3-tojás

6-szója

9-zeller

12-kéndioxid-szulfid

15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Arrabona Zrt.

2024. Győr, Hunyadi u. 14.

Levegőtisztosítási és mérési osztály

.....

Élelmezésvezető