


19. heti alsó tagozatos étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskolás 7-10 év	Gyümölcsle Margarinos Rozskenyér Fokhagymás felvágottal			Szívószálas kakaó Kifli			Gyümölcsle Margarinos Korpás kenyér Sertéspárizsival			Gyümölcsle Tonhalkrém Korpás kenyér Paprikával			Poharas tej Briós		
		Energia: 340.81 Kcal / 1,424.59 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 291.09 Kcal / 1,216.76 KJ			Energia: 349.01 Kcal / 1,458.86 KJ			Energia: 234.07 Kcal / 978.41 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.34 g	9.24 g	7.71 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g	6.86 g	6.00 g	2.28 g	5.55 g	12.41 g	3.59 g	10.41 g	6.22 g	2.95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		55.40 g	0.00 g	1.60 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g	52.80 g	0.00 g	1.22 g	53.86 g	0.00 g	0.72 g	33.84 g	5.54 g	0.59 g
1,(7)			1,(7)			1,(7)			1,3,4,7,10			1,3,7				
Ebéd	Iskolás 7-10 év	Tejfölös zöldborsóleves Paprikás burgonya Csemegeuborkával Félbarna kenyérral			Brokkolikrémleves pirított kenyérkockával Hentes sertésragu Párolt rizszel			Legényfogó leves Kakaós tészta Gyümölcs			Magyaros gombaleves Sárgaborsófőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Erőleves cérnametéllel Marhapörkölt Tarhonyával Céklasalátával		
		Energia: 465.48 Kcal / 1,945.71 KJ			Energia: 709.62 Kcal / 2,966.21 KJ			Energia: 566.94 Kcal / 2,369.81 KJ			Energia: 663.41 Kcal / 2,773.05 KJ			Energia: 719.02 Kcal / 3,005.50 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		19.73 g	23.65 g	7.90 g	23.55 g	33.71 g	1.01 g	24.75 g	12.91 g	2.48 g	30.90 g	30.16 g	0.97 g	25.48 g	34.36 g	5.99 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		71.65 g	0.00 g	6.36 g	77.17 g	0.03 g	1.84 g	87.72 g	12.00 g	1.31 g	66.76 g	0.00 g	0.61 g	75.91 g	4.80 g	4.53 g
1,7,9,15,(12)			1,7,9,15,(12)			1,3,7,9			1,3,9			1,3,9,15,(12)				
Uzsonna	Iskolás 7-10 év	Vajas pogácsa Gyümölcs			Margarinos Rozskenyér Mátrai diákcsemegével Uborkával			Helyben sült sajtkrém rúd			Poharas puding Tejes kifli			Margarinos Rozskenyér Csirkemellsonkával Salátalevéllal		
		Energia: 234.68 Kcal / 980.96 KJ			Energia: 199.31 Kcal / 833.12 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 278.30 Kcal / 1,163.29 KJ			Energia: 194.49 Kcal / 812.97 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.06 g	13.70 g	0.00 g	9.54 g	4.34 g	5.85 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	8.55 g	5.93 g	3.22 g	9.51 g	3.65 g	5.60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		23.98 g	0.00 g	0.02 g	30.48 g	0.00 g	1.26 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	47.36 g	19.48 g	0.52 g	30.86 g	0.00 g	1.19 g
1,7,(6),(12)			1,(7)			1,7			1,7			1,(7)				

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.
 9024 Győr, Hunyadi u. 14.
 Csoportos adószám: 17783408-5-13
 Adószám: 11130967-4-08

Élelmiszer-vezető