


19. heti felső tagozatos étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Ebéd A menü</b>	<b>Iskolás 11-14 év</b>	Tejfölös zöldborsóleves Paprikás burgonya Csemegeuborkával Félbarna kenyérral			BrokkolikréMLEves pirított kenyéRKockával Hentes sertésragu Párolt rizzsel			Legényfogó leves Kakaós tészta Gyümölcs			Magyaros gombaleves Sárgaborsófőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Erőleves céRNametélttel 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.ZsírSav	Fehérje	Zsír	T.ZsírSav	Fehérje	Zsír	T.ZsírSav	Fehérje	Zsír	T.ZsírSav	Fehérje	Zsír	T.ZsírSav
		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)				
<b>Ebéd B menü</b>	<b>Iskolás 11-14 év</b>	Tejfölös zöldborsóleves Kelkáposztafőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			BrokkolikréMLEves pirított kenyéRKockával Görögös rakott burgonya			Legényfogó leves DarafelFűjt Erdei gyümölcsöntettel Gyümölcs			Magyaros gombaleves Milánói makaróni Reszelt sajt szórattal			Erőleves céRNametélttel Rántott sertésszelet szezámos bundában Párolt rizzsel Káposztasalátával		
		Energia: 677.04 Kcal / 2,830.03 KJ			Energia: 536.07 Kcal / 2,240.77 KJ			Energia: 951.46 Kcal / 3,977.10 KJ			Energia: 644.18 Kcal / 2,692.67 KJ			Energia: 1,010.39 Kcal / 4,223.43 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.ZsírSav	Fehérje	Zsír	T.ZsírSav	Fehérje	Zsír	T.ZsírSav	Fehérje	Zsír	T.ZsírSav	Fehérje	Zsír	T.ZsírSav
		27.53 g	32.59 g	1.01 g	32.05 g	11.40 g	4.58 g	32.43 g	17.63 g	5.36 g	36.94 g	26.12 g	5.75 g	27.14 g	55.46 g	1.13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		67.92 g	0.00 g	1.69 g	75.12 g	0.03 g	4.84 g	166.42 g	41.87 g	2.11 g	65.05 g	4.00 g	2.76 g	99.34 g	4.80 g	1.40 g
1,3,7,9			1,3,7,9,(10)			1,3,7,9,(12)			1,3,7,9			1,3,9,11				

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.  
 8024 Győr, Hunyadi u. 14.  
 Csoportos adatszám: 17783408-5-13  
 Adatszám: 11130987-4-08  
 34  
 Élelmezésvezető