


19. heti tanár étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Ebéd A menü	Felnőtt	Tejfőlös zöldborsóleves Paprikás burgonya Csemege uborkával			Brokkolikrémleves Pírtott kenyérbarkával Hentes sertésragu Párolt rizsszel			Erőleves cénametétellel Marhapörkölt Tarhonyával Céklasalátával			Magyaros gombaleves Sárgaborsófőzelék Fasírttal Félbarna kenyér			Legényfogyó leves Kakaós tészta Alma		
		Energia: 731.90 Kcal / 3,059.34 KJ			Energia: 980.24 Kcal / 4,097.40 KJ			Energia: 991.06 Kcal / 4,142.63 KJ			Energia: 1,020.71 Kcal / 4,266.57 KJ			Energia: 739.15 Kcal / 3,089.65 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		25.88 g	37.28 g	9.12 g	33.69 g	50.34 g	3.52 g	36.55 g	48.95 g	9.00 g	46.84 g	44.10 g	1.54 g	30.35 g	17.74 g	3.01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		72.30 g	0.00 g	7.55 g	96.68 g	0.26 g	3.62 g	99.47 g	7.99 g	10.51 g	108.61 g	0.00 g	1.22 g	114.44 g	34.98 g	1.26 g
1,7,9,15,(12)			1,3,7,9,15,(12)			1,3,9,15,(12)			1,3,9			1,3,7,9				
Ebéd B menü	Felnőtt	Tejfőlös zöldborsóleves Kelkáposzta főzelék Fasírttal Félbarna kenyér			Brokkolikrémleves Pírtott kenyérbarkával Görögös rakott burgonya			Erőleves cénametétellel Rántott sertésszelet szezámos bundában Párolt rizsszel Káposztasalátával			Magyaros gombaleves Milánói makaróni Reszelt sajt szóráttal			Legényfogyó leves Darafelfújt Erdei gyümölcsöntettel Alma		
		Energia: 970.52 Kcal / 4,056.77 KJ			Energia: 730.39 Kcal / 3,053.03 KJ			Energia: 1,398.16 Kcal / 5,844.31 KJ			Energia: 851.23 Kcal / 3,558.14 KJ			Energia: 1,149.18 Kcal / 4,803.57 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		39.14 g	44.52 g	1.43 g	44.53 g	16.89 g	7.16 g	39.82 g	78.66 g	2.30 g	49.08 g	37.24 g	8.71 g	40.74 g	20.50 g	6.29 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		102.62 g	0.00 g	2.84 g	98.12 g	0.26 g	5.89 g	130.78 g	5.99 g	8.13 g	79.69 g	5.00 g	3.77 g	202.30 g	57.96 g	2.28 g
1,3,7,9			1,3,7,9,(10)			1,3,9,11			1,3,7,9			1,3,7,9,(12)				
Ebéd C menü	Felnőtt	Tejfőlös zöldborsóleves Leccsós csirkemáj Párolt rizsszel			Brokkolikrémleves Pírtott kenyérbarkával Sajtos-tejszínes csirke Párolt rizsszel			Erőleves cénametétellel Fokhagymás sertéssült Bulgurral			Magyaros gombaleves Eszterházy sertésragu Orsó tésztával			Legényfogyó leves Burgonyás tészta Csemege uborkával Alma		
		Energia: 832.17 Kcal / 3,478.47 KJ			Energia: 858.35 Kcal / 3,587.90 KJ			Energia: 739.90 Kcal / 3,092.78 KJ			Energia: 945.49 Kcal / 3,952.15 KJ			Energia: 734.35 Kcal / 3,069.58 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		38.58 g	34.31 g	5.91 g	42.95 g	29.68 g	5.50 g	34.94 g	34.06 g	13.21 g	38.71 g	40.80 g	8.65 g	29.26 g	19.74 g	3.56 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		92.05 g	0.00 g	3.45 g	103.91 g	0.49 g	3.89 g	77.58 g	0.23 g	7.34 g	105.42 g	5.00 g	1.28 g	109.23 g	0.01 g	5.75 g
1,7,9			1,3,7,9,(10)			1,3,9,(10)			1,7,9,10,(3),(12)			1,7,9,15,(3),(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.

9024 Győr, Hunyadi u. 14.
Céginformációs a/szám: 17783408-13

38. konyha

Élelmezésvezető