


31. heti iskolás étlap 2024.07.29. - 2024.08.02.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskolás 7-14 év	Gyümölcsle Margarinos Rozskenyér Fokhagymás felvágottal			Szívószásas kakaó Kifli			Gyümölcsle Margarinos Korpás kenyér Sertés párizsival			Gyümölcsle Tonhalkrémes Félbarna kenyér Paprikával			Poharas tej Margarinos Félbarna kenyér Baracklevéllel		
		Energia: 340.81 Kcal / 1,424.59 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 312.41 Kcal / 1,305.87 KJ			Energia: 375.13 Kcal / 1,568.04 KJ			Energia: 327.35 Kcal / 1,368.32 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	8.05 g	7.82 g	2.28 g	7.49 g	12.65 g	3.59 g	12.78 g	5.60 g	2.53 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	52.82 g	0.00 g	1.22 g	57.88 g	0.00 g	1.22 g	56.24 g	6.23 g	1.53 g
1,(7)			1,(7)			1,(7)			1,3,4,7,10			1,7,(12)				
Ebéd	Iskolás 7-14 év	Tavaszi zöldborsóleves Spenótos-sonkás rakott tészta			Hamis gulyásleves Sárgaborsófőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral			Májgaluskaleves Dejós tészta Alma			Vegyes gyümölcsleves Hentes sertésragu Párolt rizszel			Erőleves cérametéllel Mexikói húsos babragu Félbarna kenyérral		
		Energia: 690.51 Kcal / 2,886.33 KJ			Energia: 621.58 Kcal / 2,598.20 KJ			Energia: 475.78 Kcal / 1,988.76 KJ			Energia: 735.40 Kcal / 3,073.97 KJ			Energia: 699.27 Kcal / 2,922.95 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		38.63 g	32.36 g	0.47 g	27.60 g	27.33 g	9.11 g	18.75 g	9.58 g	0.85 g	20.53 g	31.36 g	1.29 g	31.37 g	29.05 g	6.17 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		60.98 g	0.05 g	2.04 g	65.26 g	0.02 g	1.68 g	78.76 g	15.77 g	0.71 g	94.79 g	20.78 g	0.83 g	77.25 g	0.00 g	2.27 g
1,3,7,9			1,9,(3),(6),(7),(12)			1,3,8,9,(5)			1,7,15,(12)			1,3,9				
Uzsonna	Iskolás 7-14 év	Margarinos Graham kenyér Mátrai diákcsemegével Uborkával			Helyben sült meggyes párna Nektarin			Poharas gyümölcsjoghurt Korpás kifli			Helyben sült sajtkrémes rúd			Margarinos Zsemle Csirkemellsonkával Salátalevélllel		
		Energia: 204.85 Kcal / 856.27 KJ			Energia: 424.11 Kcal / 1,772.78 KJ			Energia: 292.14 Kcal / 1,221.15 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 176.63 Kcal / 738.31 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.54 g	3.86 g	1.33 g	5.19 g	18.96 g	4.87 g	10.93 g	6.56 g	3.20 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	8.15 g	2.92 g	1.21 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		32.94 g	0.00 g	1.59 g	57.65 g	18.16 g	0.67 g	46.73 g	12.99 g	1.05 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	29.42 g	0.00 g	1.00 g
1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			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
2-rák
3-tojás

4-hal
5-földimogyoró
6-szója

7-tejtermék,laktóz
8-diófélék
9-zeller

10-mustár
11-szezám
12-kéndioxid-szulfid

13-csillagfürt
14-puhatestűek
15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Arrabona Zrt.
8024 Győr, Hunyadi u. 14.
Csoportos adószám: 17783408-5-13
Adószám: 11130967-4-08
34.

nkardogyni Balog Jolán

Élelmiszevezető