


45. heti felső tagozatos étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Ebéd A menü	Iskolás 11-14 év	Őszi zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsófőzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérral			Erőleves cérnametéllel Roston csirkemell Sajtmártással Párolt rizszel			Gyömbéres körtekrémleves múzliszórattal Rakott karfiol bulgarral Szilva			Csurgatott tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborkával		
		Energia: 589.21 Kcal / 2,462.90 KJ			Energia: 571.61 Kcal / 2,389.33 KJ			Energia: 822.00 Kcal / 3,435.96 KJ			Energia: 635.57 Kcal / 2,656.68 KJ			Energia: 501.18 Kcal / 2,094.93 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		27.89 g	26.03 g	5.65 g	17.30 g	19.45 g	1.20 g	32.93 g	40.12 g	2.05 g	23.53 g	25.21 g	5.10 g	18.36 g	26.46 g	6.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		60.04 g	2.00 g	0.79 g	82.15 g	10.06 g	3.31 g	81.57 g	0.17 g	1.69 g	79.33 g	0.00 g	2.67 g	46.11 g	0.01 g	4.93 g
1,3,7,9,(6),(12)			1,7,9			1,3,7,9,(10)			1,5,6,7,(8),(11),(12)			1,3,9,15,(12)				
Ebéd B menü	Iskolás 11-14 év	Őszi zöldségleves Bajor rakott burgonya			Magyaros burgonyaleves Fabricius sertésragu Párolt rizszel			Erőleves cérnametéllel Brassói aprópecsenye Csemege uborkával			Gyömbéres körtekrémleves múzliszórattal Jászszági savanyúkáposzta Szilva			Csurgatott tojásleves Párolt sertésszelet Egres mártással Jázmin rizszel		
		Energia: 514.02 Kcal / 2,148.60 KJ			Energia: 694.11 Kcal / 2,901.38 KJ			Energia: 678.70 Kcal / 2,836.97 KJ			Energia: 457.20 Kcal / 1,911.10 KJ			Energia: 740.77 Kcal / 3,096.42 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		19.28 g	21.81 g	10.15 g	25.61 g	31.08 g	0.41 g	21.81 g	31.21 g	12.59 g	16.47 g	21.51 g	0.00 g	24.91 g	20.54 g	3.51 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		58.87 g	0.00 g	10.47 g	77.03 g	0.01 g	2.44 g	75.68 g	0.00 g	4.08 g	48.32 g	0.00 g	0.01 g	112.43 g	0.02 g	3.67 g
1,7,9			1,7,9			1,3,9,15,(12)			1,5,6,7,(8),(11),(12)			1,3,7,9,(10)				

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-szezámm

14-puhatestűek

3-tojás

6-szója

9-zeller

12-kéndioxid-szulfid

15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!

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

Kelmeht Viktória

Élelmezésvezető