


45. heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	Iskolás 7-14 év	Szívószálas kakaó Molnárka Alma			Gyümölcsle Füstölt sajt brokkolikrémes Rozskenyér			Gyümölcsle Margarinos Félbarna kenyér Paprikás szalámmal			Poharas tej Gabonagolyóval			Gyümölcsle Majonézes tonhalkrémes Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsommal		
		Energia: 239.52 Kcal / 1,001.19 KJ			Energia: 336.70 Kcal / 1,407.41 KJ			Energia: 348.69 Kcal / 1,457.52 KJ			Energia: 245.04 Kcal / 1,024.27 KJ			Energia: 345.53 Kcal / 1,444.32 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		6.19 g	5.59 g	2.06 g	7.44 g	9.37 g	7.99 g	9.36 g	9.47 g	0.90 g	9.88 g	3.24 g	1.66 g	7.16 g	10.63 g	3.64 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		40.29 g	2.40 g	0.64 g	55.80 g	0.00 g	0.73 g	56.83 g	0.00 g	1.26 g	43.80 g	0.00 g	0.95 g	55.41 g	0.00 g	0.60 g
1,3,7			1,7			1,(7)			7,(1),(3),(5)			1,3,4,7,10				
Ebéd	Iskolás 7-14 év	Őszi zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsófőzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérral			Erőleves cérnametélttel Roston csirkemell Sajtmártással Párolt rizszel			Gyömbéres körtekrémleves múzliszórral Rakott karfiol bulgurral 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/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		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)				
Uzsonna	Iskolás 7-14 év	Kenőmájas Korpás kenyér Kigyóuborkával			Margarinos Zsemle Sertés párizsival Salátalevéllal			Magyaros vajkrémes Korpás zsemle Paprikával			Kockasajtos Korpás kifli			Helyben sült sajtkrémes rúd Zabrudai		
		Energia: 201.97 Kcal / 844.23 KJ			Energia: 197.16 Kcal / 824.13 KJ			Energia: 218.44 Kcal / 913.08 KJ			Energia: 201.34 Kcal / 841.60 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		6.90 g	5.81 g	2.02 g	7.13 g	6.00 g	2.41 g	5.56 g	8.44 g	4.00 g	9.52 g	7.02 g	3.79 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		30.29 g	0.00 g	0.93 g	28.62 g	0.00 g	1.03 g	29.80 g	0.00 g	0.51 g	24.78 g	0.00 g	1.26 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g
1,(6),(7),(10)			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-csillagfűrt

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

Németh Viktória

Élelmezésvezető