


45. heti alsó tagozatos étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	Iskolás 7-10 év	Szívószás kakaó Molnárika Alma			Gyümölcsle Füstölt sajtos brokkolikrém Rozskenyér			Gyümölcsle Margarinos Félbarna kenyér Paprikás szalámi			Poharas tej Gabonagolyóval			Gyümölcsle Majonézes tonhalkrém Teljeskiőrlésű kenyér Paradicsommal		
		Energia: 239.52 Kcal / 1,001.19 KJ			Energia: 321.47 Kcal / 1,343.74 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.19 g	5.59 g	2.06 g	7.97 g	7.48 g	4.52 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	55.74 g	0.00 g	0.70 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 7-10 év	Őszi zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsófőzelék Panírozott dinóval Félbarna kenyérral			Erőleves cérnametéllel Roston csirkemell Párolt rizszel Sajtmártással			Gyömbéres körtekrémleves müzli szórattal Rakott karfiol bulgurral			Csurgatott tojásleves Mákos guba Vanília öntettel Mandarin		
		Energia: 624.94 Kcal / 2,612.25 KJ			Energia: 571.61 Kcal / 2,389.33 KJ			Energia: 822.00 Kcal / 3,435.96 KJ			Energia: 608.45 Kcal / 2,543.32 KJ			Energia: 653.73 Kcal / 2,732.59 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		30.38 g	28.77 g	7.19 g	17.30 g	19.45 g	1.20 g	32.93 g	40.12 g	1.96 g	22.97 g	24.51 g	5.10 g	22.78 g	17.82 g	4.83 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
60.27 g	2.00 g	0.99 g	82.15 g	10.06 g	3.31 g	81.57 g	0.17 g	1.63 g	75.13 g	0.00 g	2.66 g	99.35 g	19.99 g	2.70 g		
1,3,7,9,(6),(12)			1,7,9			1,3,7,9,(10)			1,5,6,7,(8),(11),(12)			1,3,7,9,(12)				
Uzsonna	Iskolás 7-10 év	Kenőmájas Korpás kenyér Kígyóborkával			Margarinos Zsemle Sertéspárizsival Jégsalátával			Magyaros vajkrém Korpás zsemle Paprikával			Kockasajtos Korpás kifli			Helyben sült sajtkrém rúd Zabrudai		
		Energia: 201.97 Kcal / 844.23 KJ			Energia: 491.25 Kcal / 2,053.43 KJ			Energia: 218.44 Kcal / 913.08 KJ			Energia: 201.34 Kcal / 841.60 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.90 g	5.81 g	2.02 g	18.62 g	30.90 g	6.40 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	34.28 g	0.00 g	1.50 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)			1,3,(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-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.
 Családok számára: 17783408-5-13
 38. konyha
 Élelmezésvezető