


45. heti Tanár étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Ebéd A menü	Felnőtt	Őszi zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsófőzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérral			Erőleves cérnametéllel Roston csirkemell Párolt rizzsel Sajtmártással			Gyömbéres körtekrémleves müzli szórattal Rakott karfiol bulgurral			Csurgatott tojásleves Mákos guba Vanília öntettel Mandarin		
		Energia: 897.00 Kcal / 3,749.46 KJ			Energia: 825.68 Kcal / 3,451.34 KJ			Energia: 1,124.24 Kcal / 4,699.32 KJ			Energia: 839.32 Kcal / 3,508.36 KJ			Energia: 841.96 Kcal / 3,519.39 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		41.83 g	46.06 g	10.62 g	25.63 g	25.52 g	3.33 g	48.98 g	57.22 g	21.24 g	31.45 g	39.66 g	8.66 g	29.17 g	21.60 g	5.48 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		77.84 g	5.00 g	1.60 g	123.10 g	12.12 g	5.02 g	102.30 g	0.23 g	10.64 g	90.26 g	0.00 g	3.27 g	131.29 g	23.99 g	3.64 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)				
Ebéd B menü	Felnőtt	Őszi zöldségleves Bajor rakott burgonya			Magyaros burgonyaleves Fabrícuszt sertésragu Párolt rizzsel			Erőleves cérnametéllel Brassói aprópecsenye Csemegeuborkával			Gyömbéres körtekrémleves müzli szórattal Jászszági savanyúkáposzta			Csurgatott tojásleves Grízteszta Mandarin		
		Energia: 798.23 Kcal / 3,336.60 KJ			Energia: 772.24 Kcal / 3,227.96 KJ			Energia: 1,171.83 Kcal / 4,898.25 KJ			Energia: 608.93 Kcal / 2,545.33 KJ			Energia: 663.37 Kcal / 2,772.89 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		28.16 g	41.88 g	11.82 g	28.07 g	29.52 g	1.47 g	32.86 g	70.77 g	14.35 g	24.21 g	32.43 g	0.00 g	19.97 g	14.33 g	1.38 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		75.64 g	0.00 g	13.05 g	97.54 g	0.01 g	4.54 g	97.92 g	0.00 g	10.50 g	54.18 g	0.00 g	0.00 g	112.41 g	0.01 g	2.23 g
1,7,9			1,7,9			1,3,9,15,(12)			1,5,6,7,9,(8),(11),(12)			1,3,9				
Ebéd C menü	Felnőtt	Őszi zöldségleves Fokhagymás sertéssült Bulgurral			Magyaros burgonyaleves Tarhonyáshús Csemege uborkával			Erőleves cérnametéllel Csíkos tokány Párolt rizzsel			Gyömbéres körtekrémleves müzli szórattal Gombás sertésszelet Párolt rizzsel			Csurgatott tojásleves Sóska mártás Főtt burgonyával Főtt tojással Mandarin		
		Energia: 709.35 Kcal / 2,965.08 KJ			Energia: 905.79 Kcal / 3,786.20 KJ			Energia: 1,023.87 Kcal / 4,279.78 KJ			Energia: 862.24 Kcal / 3,604.16 KJ			Energia: 557.68 Kcal / 2,331.10 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		36.15 g	26.68 g	12.05 g	36.59 g	40.02 g	10.43 g	30.24 g	60.68 g	14.62 g	34.40 g	30.48 g	6.32 g	24.86 g	20.49 g	4.89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		86.78 g	0.23 g	2.21 g	98.51 g	0.01 g	5.93 g	87.96 g	0.00 g	8.98 g	112.83 g	0.00 g	3.30 g	65.42 g	8.00 g	3.90 g
1,7,9,(10)			1,3,9,15,(12)			1,3,7,9			1,5,6,7,(8),(11),(12)			1,3,7,9				

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: 17783408-5-13

38. konyha

Élelmezésvezető