


51. heti alsó tagozatos étlap 2024.12.16. - 2024.12.20.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskolás 7-10 év	Szívószálas kakaó Kifli			Gyümölcsle Sütőtökös sajtkrémes Rozskenyér Zöldborsó csírával			Gyümölcsle Margarinos Korpás kenyér Kolbászkarikával			Poharas tej Margarinos Korpás kenyér Sajt szelettel Paradicsommal			Gyümölcsle Tonhalkrémes Félbarna kenyér		
		Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 323.73 Kcal / 1,353.19 KJ			Energia: 297.96 Kcal / 1,245.47 KJ			Energia: 320.53 Kcal / 1,339.82 KJ			Energia: 342.77 Kcal / 1,432.78 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.76 g	0.28 g	0.10 g	7.61 g	7.64 g	4.52 g	7.14 g	6.22 g	0.90 g	16.28 g	10.74 g	5.92 g	7.21 g	9.37 g	3.59 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
22.80 g	0.00 g	0.41 g	56.28 g	0.00 g	0.70 g	53.76 g	0.00 g	0.76 g	39.50 g	0.00 g	1.43 g	57.50 g	0.00 g	1.22 g		
1,(7)			1,7			1,(7)			1,7			1,3,4,7,10				
Ebéd	Iskolás 7-10 év	Almás-fahéjas szilvaleves Marhapörkölt Tarhonyával Vegyes vágottal			Erőleves Főtt sertésszellet Almamártással Párolt rizszel			PóréhagymakréMLEves levesgyönggyel Narancsos mézes kakukkfűves csirkecomb Rizi-bizivel			Zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal			Babgulyás Mákos piskóta meggyszósszal Szaloncukor		
		Energia: 674.01 Kcal / 2,817.36 KJ			Energia: 620.62 Kcal / 2,594.19 KJ			Energia: 795.56 Kcal / 3,325.44 KJ			Energia: 649.87 Kcal / 2,716.46 KJ			Energia: 1,058.70 Kcal / 4,425.37 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		24.49 g	27.00 g	5.62 g	22.20 g	23.17 g	4.30 g	51.72 g	31.43 g	6.60 g	27.83 g	32.68 g	6.55 g	27.78 g	30.43 g	7.47 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
84.12 g	10.39 g	4.55 g	90.05 g	11.99 g	1.18 g	75.60 g	0.29 g	4.53 g	60.93 g	2.05 g	2.33 g	166.05 g	32.04 g	1.67 g		
1,3,7,15,(10),(12)			1,7,9			1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,9				
Uzsonna	Iskolás 7-10 év	Margarinos Teljes kiőrlésű kenyér Soproni felvágottal Paprikával			Helyben sült kakós csiga Alma			Margarinos Korpás zsemle Paprikás szalámival Paprikával			Margarinos Zsemle Zala felvágott			Poharas csokipuding Kifli		
		Energia: 232.15 Kcal / 970.39 KJ			Energia: 243.72 Kcal / 1,018.75 KJ			Energia: 233.90 Kcal / 977.70 KJ			Energia: 211.94 Kcal / 885.91 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.66 g	8.98 g	3.23 g	3.77 g	12.36 g	2.34 g	8.00 g	9.31 g	1.03 g	7.74 g	7.39 g	2.39 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.09 g	0.00 g	1.48 g	28.52 g	8.72 g	0.34 g	29.45 g	0.00 g	0.57 g	28.56 g	0.00 g	1.04 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g		
1,(7)			1,7,(3)			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-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Arrabona Zrt.
 9024 Győr, Hunyadi u. 14.
 Családok számára a szám: 17783408-5-13
 38. konyha
 Élelmészvezető