


51. heti felső tagozatos étlap 2024.12.16.- 2024.12.20.

 <b>eatrend</b>		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Ebéd A menü</b>	<b>Iskolás 11-14 év</b>	Almás-fahéjas szilvaleves Marhapörkölt Tarhonyával Vegyes vágottal			Erőleves Főtt sertésszelet Almamártással Párolt rizzsel			Póréhagymakrémleves levesgyönggyel Narancsos mézes kakukkfűves csirkecomb Rizi-bizivel			Zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal Narancs			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				
<b>Ebéd B menü</b>	<b>Iskolás 11-14 év</b>	Almás-fahéjas szilvaleves Zöldborsófőzelék Csirkeuggets Félbarna kenyér			Erőleves Harcapaprikás Túrós csuszával			Póréhagymakrémleves levesgyönggyel Rántott sertésszelet Petrezselymes tört burgonyával			Zöldségleves Lecsós csirkemáj Bulgurral Narancs			Babgulyás Almás-fahéjas gombóc Porcukor szóráttal Szaloncukor		
		Energia: 762.26 Kcal / 3,186.25 KJ			Energia: 805.34 Kcal / 3,366.32 KJ			Energia: 862.18 Kcal / 3,603.91 KJ			Energia: 669.26 Kcal / 2,797.51 KJ			Energia: 1,213.76 Kcal / 5,073.52 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		36.14 g	28.69 g	1.45 g	34.72 g	46.29 g	11.14 g	27.42 g	50.59 g	7.36 g	27.04 g	29.27 g	5.13 g	34.21 g	54.14 g	6.32 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		90.83 g	20.38 g	3.46 g	60.82 g	0.00 g	1.41 g	73.69 g	0.29 g	2.03 g	78.31 g	0.05 g	3.97 g	145.87 g	30.04 g	1.56 g
1,7,(3)			1,4,7,9,(3)			1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,7,9			1,7,9,(3),(6),(12)				
<b>Ebéd C menü</b>	<b>Iskolás 11-14 év</b>	Almás-fahéjas szilvaleves Pusztapörkölt Csemege uborkával			Erőleves Budapest sertésragu Párolt rizzsel			Póréhagymakrémleves levesgyönggyel Bácsi rizseshús Káposztasalátával			Zöldségleves Csikós tokány Párolt rizzsel Narancs			Babgulyás Rántott halrúd Rizi-bizivel Szaloncukor		
		Energia: 543.58 Kcal / 2,272.16 KJ			Energia: 681.65 Kcal / 2,849.30 KJ			Energia: 715.41 Kcal / 2,990.41 KJ			Energia: 771.95 Kcal / 3,226.75 KJ			Energia: 719.36 Kcal / 3,006.92 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.73 g	23.48 g	6.59 g	22.91 g	35.61 g	5.01 g	23.78 g	31.20 g	11.54 g	19.92 g	43.21 g	11.01 g	45.44 g	18.94 g	7.79 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		65.61 g	10.39 g	3.95 g	66.54 g	0.00 g	1.51 g	84.04 g	5.09 g	1.98 g	74.84 g	0.05 g	3.51 g	90.88 g	35.89 g	2.49 g
1,7,15,(12)			1,9			1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,7,9			1,3,4,7,9				

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-csillagfűrt

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.

Csapatbiztosítási szám: 17783408-5-13

38. konyha

Élelmészvezető