


51. heti Tanár étlap 2024.12.16. - 2024.12.20.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <p><b>Ebéd A menü</b></p>	<p><b>Felnőtt</b></p>	Almás-fahéjas szilvaleves Marhapörkölt Tarhonyával Vegyes vágottal			Erőleves Főtt sertésszelet Almamártással Párolt rizszel			Póréhagymakrémleves levesgyönggyel Narancsos mézes kakukkfűves csirkecomb Rizi-bizivel			Zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szórattal Narancs			Babgulyás Mákos piskóta meggyszósszal Szaloncukor		
		Energia: 939.47 Kcal / 3,926.98 KJ			Energia: 818.48 Kcal / 3,421.25 KJ			Energia: 1,018.71 Kcal / 4,258.21 KJ			Energia: 964.32 Kcal / 4,030.86 KJ			Energia: 1,437.65 Kcal / 6,009.38 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		35.64 g	40.44 g	8.74 g	32.87 g	32.13 g	7.01 g	68.26 g	39.67 g	8.95 g	39.22 g	51.52 g	10.19 g	36.68 g	41.39 g	9.04 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		109.84 g	12.99 g	5.56 g	110.94 g	14.99 g	8.00 g	96.05 g	0.30 g	5.83 g	84.74 g	5.05 g	3.46 g	226.45 g	35.04 g	2.36 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				
<p><b>Ebéd B menü</b></p>	<p><b>Felnőtt</b></p>	Almás-fahéjas szilvaleves Zöldborsófőzelék Csirkeuggets Félbarna kenyér			Erőleves Harcsapaprikás Túrós csuszával			Póréhagymakrémleves levesgyönggyel Rántott sertésszelet Petrezselymes tört burgonyával			Zöldségleves Lecsós csirkemáj Bulgurral Narancs			Babgulyás Almás-fahéjas gombóc Porcukor szórattal Szaloncukor		
		Energia: 1,047.52 Kcal / 4,378.63 KJ			Energia: 1,025.18 Kcal / 4,285.25 KJ			Energia: 1,338.75 Kcal / 5,595.98 KJ			Energia: 887.41 Kcal / 3,709.37 KJ			Energia: 1,543.68 Kcal / 6,452.58 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		48.68 g	36.08 g	3.60 g	43.30 g	64.35 g	24.96 g	41.17 g	86.20 g	10.81 g	39.88 g	39.82 g	7.15 g	42.79 g	67.52 g	7.55 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		133.38 g	24.98 g	6.32 g	66.02 g	0.00 g	8.95 g	98.54 g	0.30 g	2.99 g	97.31 g	0.05 g	5.54 g	189.11 g	30.04 g	2.22 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)				
<p><b>Ebéd C menü</b></p>	<p><b>Felnőtt</b></p>	Almás-fahéjas szilvaleves Pusztapörkölt Csemege uborkával			Erőleves Budapest sertésragu Párolt rizszel			Póréhagymakrémleves levesgyönggyel Bácskai rizshús Káposztasalátával			Zöldségleves Csikós tokány Párolt rizszel Narancs			Babgulyás Rántott halrúd Rizi-bizivel Szaloncukor		
		Energia: 731.97 Kcal / 3,059.63 KJ			Energia: 868.08 Kcal / 3,628.57 KJ			Energia: 1,039.27 Kcal / 4,344.15 KJ			Energia: 1,027.90 Kcal / 4,296.62 KJ			Energia: 936.31 Kcal / 3,913.78 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		25.98 g	35.84 g	10.53 g	27.61 g	46.70 g	8.83 g	35.61 g	45.75 g	13.78 g	28.88 g	61.25 g	14.66 g	57.11 g	23.64 g	9.72 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		77.48 g	12.99 g	4.59 g	83.23 g	0.00 g	8.68 g	119.99 g	6.29 g	2.69 g	89.10 g	0.05 g	5.99 g	122.46 g	46.45 g	3.43 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  
2-rák  
3-tojás

4-hal  
5-földimogyoró  
6-szója

7-tejtermék,laktóz  
8-diófélék  
9-zeller

10-mustár  
11-szezám  
12-kéndioxid-szulfid

13-csillagfűrt  
14-puhatestűek  
15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér

**Jó étvágyat kívánunk!**  
**Eatrend Arrabona Zrt.**  
9024 Győr, Hunyadi u. 14.  
Céginformációs iroda: 17783408-5-13  
E-mail: info@eatrend.hu  
Sb: konyha  
Élelmezésvezető