


Heti étlap 2024.09.09 - 2024.09.13.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskolás 11-14 éves	Poharas tej Kalács			Majonézes tonhalkrém Rozskenyér Paprikával			Dobozos kakaó Kifli Margarinnal			Paprikás szalámis Félbarna kenyér Margarinnal Paradicsommal			Turista felvágottas Rozskenyér Margarinnal Paprikával		
		Energia: 727.20 Kcal / 3,039.70 KJ			Energia: 317.33 Kcal / 1,326.44 KJ			Energia: 126.58 Kcal / 529.10 KJ			Energia: 253.17 Kcal / 1,058.25 KJ			Energia: 264.69 Kcal / 1,106.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		41.07 g	21.31 g	2.60 g	7.37 g	17.93 g	9.31 g	3.76 g	2.28 g	1.00 g	9.12 g	9.53 g	3.51 g	10.98 g	10.73 g	8.14 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
91.91 g	4.20 g	0.63 g	31.21 g	0.00 g	0.74 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g	32.63 g	0.00 g	0.66 g	30.93 g	0.00 g	0.71 g		
1,3,7			1,3,4,7,10			1,(7)			1,(7)			1,(7)				
Ebéd	Iskolás 11-14 éves	Tárkonyos zöldségleves Sertéspaprikás Szarvacskas tésztával			Magyaros burgonyaleves Lencsefőzelék Bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Csontleves Paradicsommártás Húsgombóccal Félbarna kenyérral			Brokkolikrémleves Pírtott kenyérbarkával Csikós tokány Párolt rizszel Alma			Minestrone leves Carbonara spagetti Reszelt sajt szóráttal		
		Energia: 736.00 Kcal / 3,076.48 KJ			Energia: 479.74 Kcal / 2,005.31 KJ			Energia: 588.38 Kcal / 2,459.43 KJ			Energia: 761.71 Kcal / 3,183.95 KJ			Energia: 686.78 Kcal / 2,870.74 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		30.66 g	38.06 g	10.17 g	26.64 g	27.58 g	7.87 g	21.29 g	24.51 g	6.33 g	23.01 g	38.73 g	9.76 g	37.45 g	27.81 g	10.31 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
67.12 g	0.02 g	1.46 g	65.16 g	2.01 g	1.69 g	70.03 g	15.03 g	1.98 g	79.37 g	0.03 g	1.75 g	71.61 g	0.01 g	1.64 g		
1,3,7,9			1,7,9,10,(12)			1,3,9			1,7,9			1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)				
Uzsonna	Iskolás 11-14 éves	Pulykamellsonkás Korpás kenyér Margarinnal Uborkával			Helyben sült sajtkrém rúd Körte			Bécsi felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Uborkával			Helyben sült kajsziarackos háromszög			Zöldfűszeres kockasajt Korpás kiflivel		
		Energia: 183.05 Kcal / 765.15 KJ			Energia: 191.12 Kcal / 798.88 KJ			Energia: 250.33 Kcal / 1,046.38 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 450.47 Kcal / 1,882.96 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		9.34 g	3.23 g	1.39 g	8.55 g	3.01 g	3.61 g	8.35 g	11.63 g	4.56 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	7.54 g	18.55 g	4.97 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.13 g	3.30 g	0.41 g	37.48 g	0.00 g	0.70 g	27.96 g	3.30 g	0.63 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g	62.78 g	18.16 g	0.62 g		
1,(7)			1,7			1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			1,7,(3),(6),(12)				

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-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Arrabona Zrt.
 9024 Győr Hunyadi u. 14.
 Leier City-Center „A” Irodaház
 Cseportos adószám: 17783405-S-13

Élelmezésvezető