


Heti étlap 2024.11.04.-2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	Iskola 7-10 éves	Karamellás tej Fatörzs kifli			Erdei gyümölcsös tea Füstölt sajtos brokkolikrém Rozskenyér			Citromos tea Tepertőkrém Félbarna kenyér			Tej Mézes Kifli Margarinnal			Almás-fahéjas tea Majonézes tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 158.00 Kcal / 660.44 Kj			Energia: 234.61 Kcal / 980.67 Kj			Energia: 251.72 Kcal / 1,052.19 Kj			Energia: 280.42 Kcal / 1,172.16 Kj			Energia: 236.87 Kcal / 990.12 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		4.49 g	4.00 g	1.65 g	6.90 g	9.37 g	7.99 g	7.67 g	10.44 g	3.82 g	10.64 g	4.28 g	2.18 g	6.32 g	10.57 g	3.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
26.62 g	4.58 g	0.40 g	30.40 g	0.00 g	0.73 g	31.58 g	0.00 g	0.25 g	49.60 g	16.20 g	0.65 g	28.81 g	0.40 g	0.41 g		
1,3,7			1,7			1,3,10,(7),(12)			1,7			1,3,4,7,10				
Ebéd	Iskola 7-10 éves	Őszi zöldségleves Zöldborsófőzelék Panírozott dinóval Félbarna kenyérral			Reszelt tarhonya leves Szezámgyvas sajtos vagdalt Hagymás tört burgonyával			Erőleves Roston sült csirkemell Párolt rizszel Sajtmártással			Körtekrémleves Müzli szórattal Rakott karfiol árpagyönggyel Szilva			Csurgatott tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborka		
		Energia: 515.96 Kcal / 2,156.71 Kj			Energia: 624.62 Kcal / 2,610.91 Kj			Energia: 716.11 Kcal / 2,993.34 Kj			Energia: 580.64 Kcal / 2,427.08 Kj			Energia: 492.40 Kcal / 2,058.23 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.03 g	20.61 g	2.41 g	28.36 g	25.98 g	8.58 g	31.24 g	32.20 g	8.87 g	19.96 g	25.40 g	6.89 g	18.13 g	26.44 g	6.69 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
66.15 g	12.05 g	0.67 g	68.35 g	2.04 g	1.48 g	74.72 g	0.17 g	1.45 g	66.80 g	0.00 g	1.25 g	44.22 g	0.01 g	1.55 g		
1,7,9			1,3,7,9,11,(6),(12)			1,7,9,(10)			1,5,6,7,(8),(11),(12)			1,3,9,15,(12)				
Uzsonna	Iskola 7-10 éves	Kenőmájas Korpás kenyér Uborkával			Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Paradicsommal			Magyaros vajkrém Korpás zsemle Paprikával			Kockasajt Korpás kifli			Helyben sült sajtkrém rúd Zabrudai		
		Energia: 201.97 Kcal / 844.23 Kj			Energia: 203.11 Kcal / 849.00 Kj			Energia: 218.44 Kcal / 913.08 Kj			Energia: 201.34 Kcal / 841.60 Kj			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.90 g	5.81 g	2.24 g	7.38 g	6.05 g	2.42 g	5.56 g	8.44 g	4.00 g	9.52 g	7.02 g	3.79 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.29 g	3.30 g	0.93 g	29.74 g	0.00 g	0.58 g	29.80 g	0.00 g	0.51 g	24.78 g	0.00 g	1.06 g	33.28 g	0.00 g	1.19 g		
1,(6),(7),(10)			1,(7)			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-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.
Lélek City Center "A" irodaház
Csoportos adatszám: 17783405-S-13

.....#8.....
Élelmézsvezető