


Heti étlap 2024.12.02 - 2024.12.07.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat		
 eatrend Tízórai	Iskola 7-10 éves	Epres tej Fatörzs kifli			Barackos tea Sült paprikakrémés Teljes kiőrlésű kenyér			Citromos tea Kenőmájasos Zsemle Uborkával			Gyümölcsle Főtt tojáskarika Rozskenyér Margarinnal			Tej Mogyorókrémés Zsemle			Erdei gyümölcsös tea Sült hagymakrémés Korpás kenyér		
		Energia: 265.97 Kcal / 1,111.75 KJ			Energia: 209.16 Kcal / 874.29 KJ			Energia: 209.51 Kcal / 875.75 KJ			Energia: 215.09 Kcal / 899.08 KJ			Energia: 359.35 Kcal / 1,502.08 KJ			Energia: 254.84 Kcal / 1,065.23 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.00 g	6.25 g	2.57 g	6.09 g	7.55 g	3.33 g	7.66 g	5.80 g	2.37 g	8.61 g	5.24 g	5.98 g	13.98 g	9.80 g	1.94 g	4.64 g	8.07 g	3.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
45.12 g	10.75 g	0.62 g	28.96 g	0.00 g	0.48 g	31.43 g	3.30 g	0.74 g	33.05 g	2.88 g	0.82 g	53.38 g	9.60 g	0.27 g	40.48 g	12.00 g	0.95 g		
1,3,7			1,7			1,(6),(7),(10)			1,3,(7)			1,5,6,7,8			1,7				
Ebéd	Iskola 7-10 éves	Tojásleves Füstölt sajtos-brokkolis pulykaragu Párolt rizszel			Vajgaluska leves Kapros tökfőzelék Virslipörkölttel Félbarna kenyérral			Tárkonyos raguleves Tejbedara Kakaó szórattal Mandarin			Paradicsomleves Rántott hal szezámmagos bundában Burgonyapürével			Téli fűszeres meggyleves Eatrend burger Sült burgonyával			Magyaros karfiolleves Pásztorbúlgur Vegyes vágottal		
		Energia: 698.37 Kcal / 2,919.19 KJ			Energia: 370.06 Kcal / 1,546.85 KJ			Energia: 607.92 Kcal / 2,541.11 KJ			Energia: 969.97 Kcal / 4,054.47 KJ			Energia: 639.77 Kcal / 2,674.24 KJ			Energia: 564.03 Kcal / 2,357.65 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		26.25 g	32.25 g	6.82 g	17.26 g	27.76 g	8.47 g	22.81 g	11.50 g	3.98 g	23.07 g	50.64 g	7.39 g	19.01 g	26.11 g	4.68 g	23.77 g	24.86 g	7.33 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
76.44 g	0.05 g	1.56 g	52.54 g	9.01 g	1.40 g	103.49 g	29.49 g	1.78 g	102.99 g	28.02 g	1.39 g	78.65 g	20.80 g	1.16 g	63.40 g	0.01 g	1.39 g		
1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,3,7,9			1,7,9			1,3,4,7,9,11			1,3,7,10,11,(6),(8),(12)			1,9,15,(10),(12)				
Uzsonna	Iskola 7-10 éves	Sertés párizsis Rozskenyér Margarinnal Paprikával			Helyben sült csokoládékrémés rúd Alma			Füstölt lencsekrémés Félbarna kenyér			Gyümölcsjoghurt Korpás kifli			Bécsi felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Paradicsommal			Helyben sült sajtkrémés rúd		
		Energia: 241.60 Kcal / 1,009.89 KJ			Energia: 417.51 Kcal / 1,745.19 KJ			Energia: 222.99 Kcal / 932.10 KJ			Energia: 292.14 Kcal / 1,221.15 KJ			Energia: 246.01 Kcal / 1,028.32 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.99 g	8.63 g	7.48 g	12.31 g	27.06 g	10.07 g	6.97 g	6.70 g	3.09 g	10.93 g	6.56 g	3.20 g	8.92 g	8.82 g	3.38 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	Szénhidrát	Cukor	Só
30.90 g	0.00 g	0.74 g	30.16 g	0.00 g	0.90 g	33.52 g	0.00 g	0.40 g	46.73 g	12.99 g	0.45 g	32.64 g	0.00 g	0.90 g	33.28 g	0.00 g	0.79 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,7,10,(3),(6),(11),(12)			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.
 Lóránd City Center „A” Irodaház
 Cseporthoz adószám: 17783408-S-13
 Élelmezésvezető