


Heti étlap 2024.04.22.-2024.04.26.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b>  <b>Tízórai</b>	<b>Óvoda</b> <b>4-6 éves</b>	Tej Mézes Félbarna kenyér Margarinnal			Erdei gyümölcsstea Soproni felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Paradicsommal			Citromos tea Majonézos tojáskrémes Rozskenyér			Barackos tea Diákcsemegés Zsemle Margarinnal			Kakaó Kalács		
		Energia: 588.70 Kcal / 2,460.77 KJ			Energia: 220.91 Kcal / 923.40 KJ			Energia: 329.24 Kcal / 1,376.22 KJ			Energia: 286.13 Kcal / 1,196.02 KJ			Energia: 382.23 Kcal / 1,597.72 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		22.08 g	9.70 g	4.60 g	5.76 g	4.94 g	1.82 g	9.44 g	6.09 g	3.23 g	8.89 g	5.51 g	6.04 g	14.06 g	9.53 g	4.36 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
102.96 g	24.30 g	0.53 g	38.20 g	10.00 g	0.58 g	58.45 g	26.18 g	0.44 g	50.05 g	19.98 g	0.54 g	59.61 g	14.19 g	0.50 g		
1,7			1,(7)			1,7			1,3,(7)			1,3,7				
<b>Ebéd</b>	<b>Óvoda</b> <b>4-6 éves</b>	Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Rántott halrúd Kukoricás rizzsel Tartármártással			Vajgaluska leves Zöldborsós sertésragu Tarhonyával			Paradicsomleves Betűtésztaival Gyrostál Vitaminsalátával			Jókai bableves Morzsás nudli Baracklevárral Porcukor szórattal Alma			Csontleves Cérnametéllel Burgonyafőzelék Bécsi virslivel Félbarna kenyérral		
		Energia: 1,347.37 Kcal / 5,632.01 KJ			Energia: 501.72 Kcal / 2,097.19 KJ			Energia: 536.86 Kcal / 2,244.07 KJ			Energia: 666.13 Kcal / 2,784.42 KJ			Energia: 265.96 Kcal / 1,111.71 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		49.04 g	82.22 g	15.19 g	19.53 g	22.77 g	6.09 g	24.93 g	13.78 g	3.95 g	20.83 g	10.36 g	2.74 g	16.35 g	15.04 g	5.34 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
101.60 g	27.70 g	1.38 g	54.00 g	0.02 g	1.36 g	77.10 g	10.83 g	1.46 g	119.99 g	22.48 g	1.32 g	50.23 g	0.02 g	1.26 g		
1,3,4,7,9,10,(6),(11),(12)			1,3,9,(7)			1,3,7,9,(10)			1,7,9,(12)			1,3,7,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvoda</b> <b>4-6 éves</b>	Turista felvágottas Korpás zsemle Margarinnal Paprikával			Helyben sült csokoládékrémes rúd Narancs			Szendvics sonkás Graham kenyér Margarinnal Uborkával			Helyben sült sajtos rúd			Baromfi párizsis Korpás zsemle Margarinnal Jégcsapretekkel		
		Energia: 431.71 Kcal / 1,804.55 KJ			Energia: 406.74 Kcal / 1,700.17 KJ			Energia: 205.65 Kcal / 859.62 KJ			Energia: 130.96 Kcal / 547.41 KJ			Energia: 199.36 Kcal / 833.32 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.96 g	14.90 g	5.69 g	12.31 g	26.66 g	10.07 g	10.70 g	2.90 g	1.16 g	3.96 g	2.32 g	1.01 g	7.30 g	6.01 g	2.42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.32 g	0.00 g	0.81 g	28.16 g	0.00 g	0.49 g	34.14 g	2.20 g	0.56 g	23.60 g	0.00 g	0.57 g	29.07 g	3.12 g	0.74 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(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](mailto:minosegbiztositas@eatrend.hu); 20/419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén	4-hal	7-tejtermék,laktóz	10-mustár	13-csillagfürt	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 Ararabona Zrt.  
 9024 Győr Hunyadi u. 14.  
 Lejár: "Gly-Center A" Irodaház  
 Cseportós adószám: 17733405-5-13  
 .....\*#\*.....  
**Élelmezésvezető**