


Heti étlap 2024.07.08 - 2024.07.12.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	Iskolás 11-14 éves	Puncsos tej Kifli Margarinnal			Erdei gyümölcsös limonádé Csirkemell sonkás Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal			Barackos tea Kenőmájas Félbarna kenyér Uborkával			Tej Snidlinges sajtkrémes Rozskenyér Paprikával			Tej Mogyorókrémes Félbarna kenyér		
		Energia: 314.16 Kcal / 1,313.19 Kj			Energia: 246.56 Kcal / 1,030.62 Kj			Energia: 364.80 Kcal / 1,524.86 Kj			Energia: 316.72 Kcal / 1,323.89 Kj			Energia: 412.91 Kcal / 1,725.96 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.57 g	5.28 g	2.63 g	11.19 g	3.63 g	1.22 g	10.38 g	8.79 g	3.43 g	8.10 g	12.76 g	11.39 g	14.63 g	12.90 g	2.01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
55.91 g	20.03 g	0.68 g	42.08 g	9.99 g	0.78 g	60.51 g	28.28 g	0.35 g	41.72 g	9.99 g	1.00 g	59.08 g	14.40 g	0.27 g		
1,7			1,(7)			1,(6),(7),(10)			1,7			1,5,6,7,8				
Ebéd	Iskolás 11-14 éves	Lencsegulyás Burgonyás tészta Csemege uborkával			Pírtott tésztaleves Tavaszi rizseshús			Tárkonyos sertésragu leves Tejberizs Kakaó szóráttal Alma			Zellerkrémleves Levesgyönggyel Zöldbabfőzelék Vagdalttal Félbarna kenyérral			Kertészleves Bakonyi sertésragu Orsó tésztával		
		Energia: 698.67 Kcal / 2,920.44 Kj			Energia: 640.67 Kcal / 2,678.00 Kj			Energia: 625.89 Kcal / 2,616.22 Kj			Energia: 703.08 Kcal / 2,938.87 Kj			Energia: 540.50 Kcal / 2,259.29 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		27.29 g	22.01 g	3.86 g	20.71 g	29.17 g	7.57 g	20.92 g	15.79 g	7.73 g	24.32 g	38.50 g	10.29 g	22.60 g	23.42 g	3.10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
96.50 g	0.00 g	1.40 g	70.39 g	0.02 g	1.45 g	99.17 g	29.49 g	1.14 g	63.38 g	0.28 g	1.37 g	59.13 g	0.02 g	1.42 g		
1,7,10,15,(3),(12)			1,9,(3)			1,7,9			1,3,7,9			1,7,9,(3)				
Uzsonna	Iskolás 11-14 éves	Soproni felvágottas Graham kenyér Margarinnal Paprikával			Helyben sült csokoládékrémes rúd Ózibarack			Paprikás szalámis Zsemle Margarinnal			Poharas puding Korpás kifli			Zala felvágottas Korpás zsemle Margarinnal Jégcsapretekkel		
		Energia: 283.62 Kcal / 1,185.53 Kj			Energia: 427.05 Kcal / 1,785.07 Kj			Energia: 228.02 Kcal / 953.12 Kj			Energia: 126.03 Kcal / 526.81 Kj			Energia: 219.27 Kcal / 916.55 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.53 g	11.93 g	4.34 g	12.76 g	26.61 g	10.07 g	7.64 g	9.22 g	3.45 g	5.34 g	0.77 g	0.07 g	9.13 g	7.17 g	2.79 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33.39 g	0.00 g	1.35 g	33.16 g	0.00 g	1.39 g	28.55 g	0.00 g	0.72 g	24.28 g	0.00 g	0.56 g	29.63 g	4.68 g	1.18 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; 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.
Eier-City-Center „A” Irodaház
Csoportos adószám: 17783405-5-13

Élelmezésvezető