


20. heti étlap 2024.05.13. - 2024.05.17.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b> Tízórai	Iskolás 7-14 év	Szívószásalás kakaó Kifli			Gyümölcsle Margarinos Zsemle Sajtszelettel Paradicsommal			Poharas tej Margarinos Félbarna kenyér Baracklevárral			Gyümölcsle Sütlhúskrémes Korpás kenyér Uborkával			Gyümölcsle Körözöttes Félbarna kenyér Paprikával		
		Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 333.10 Kcal / 1,392.36 KJ			Energia: 327.35 Kcal / 1,368.32 KJ			Energia: 300.78 Kcal / 1,257.26 KJ			Energia: 292.53 Kcal / 1,222.78 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.76 g	0.28 g	0.10 g	10.78 g	7.73 g	4.42 g	12.78 g	5.60 g	2.53 g	7.13 g	6.48 g	2.57 g	9.41 g	2.31 g	0.88 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		22.80 g	0.00 g	0.41 g	55.44 g	0.00 g	0.97 g	56.24 g	6.23 g	1.53 g	53.66 g	0.00 g	0.94 g	58.71 g	0.00 g	1.51 g
1,(7)			1,7			1,7,(12)			1,7,10,(12)			1,7				
Ebéd	Iskolás 7-14 év	Paradicsomleves betűtésztával Carbonara spagetti			Májgaluskaleves Spenót Főtt tojással Főtt burgonyával			Meggyes almaleves Roston csirkemell Vegyes körettel (párolt zöldség/párolt rizs)			Frankfurti leves Lekváros derelye Porcukor szórattal Gyümölcs			Kerti zöldségleves Paradicsomos káposztafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral		
		Energia: 771.01 Kcal / 3,222.82 KJ			Energia: 381.31 Kcal / 1,593.88 KJ			Energia: 520.39 Kcal / 2,175.23 KJ			Energia: 395.46 Kcal / 1,653.02 KJ			Energia: 497.33 Kcal / 2,078.84 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		36.32 g	20.65 g	3.30 g	19.38 g	15.74 g	3.47 g	24.68 g	14.88 g	2.45 g	10.29 g	19.95 g	3.18 g	18.79 g	23.97 g	8.72 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		109.43 g	31.97 g	3.44 g	40.97 g	0.04 g	1.55 g	63.14 g	12.17 g	2.88 g	55.49 g	10.03 g	2.05 g	50.84 g	12.01 g	4.26 g
1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)			1,3,7,9			1,7,9,(10)			1,3,7,(6),(9),(12)			1,9				
Uzsonna	Iskolás 7-14 év	Margarinos Graham kenyér Olasz felvágottal Gyümölcs			Margarinos Korpás zsemle Turista felvágottal Jégcsapretekkel			Margarinos Rozskenyér Paprikás szalámmal Paprikával			Helyben sült sajttal szórt pogácsa			Kockasajtos Korpás kifli		
		Energia: 296.44 Kcal / 1,239.12 KJ			Energia: 216.17 Kcal / 903.59 KJ			Energia: 251.76 Kcal / 1,052.36 KJ			Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ			Energia: 201.34 Kcal / 841.60 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.40 g	9.36 g	3.19 g	8.07 g	7.42 g	2.40 g	9.36 g	10.04 g	5.42 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g	9.52 g	7.02 g	3.79 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		42.96 g	0.00 g	1.95 g	29.35 g	4.68 g	1.05 g	30.89 g	0.00 g	0.76 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g	24.78 g	0.00 g	1.26 g
1,(7)			1,(7)			1,(7)			1,3,7			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  
 2-rák  
 3-tojás

4-hal  
 5-földimogyoró  
 6-szója

7-tejtermék,laktóz  
 8-diófélék  
 9-zeller

10-mustár  
 11-szezám  
 12-kéndioxid-szulfid

13-csillagfűrt  
 14-puhatestűek  
 15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér

**Jó étvágyat kívánunk!**

Eatrend Arrabona Zrt.  
 8024 Győr, Hűnyesi u. 14.  
 Csoportos adószám: 17763408-5-13  
 Adószám: 11430967-4-08  
 34  
 Élelmezésvetető