


16. heti étlap 2024.04.15. - 2024.04.19.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	Iskolás 7-14 év	Szívószálas kakaó Kifli			Gyümölcsle Csicseriborsókrémes Félbarna kenyér			Gyümölcsle Körözöttes Korpás kenyér			Gyümölcsle Amerikai hot-dog			Poharas tej Mogorókrémes Félbarna kenyér Gyümölcs		
		Energia: 218.56 Kcal / 913.58 KJ			Energia: 324.18 Kcal / 1,355.07 KJ			Energia: 260.53 Kcal / 1,089.02 KJ			Energia: 360.62 Kcal / 1,507.39 KJ			Energia: 411.53 Kcal / 1,720.20 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		7.52 g	0.56 g	0.20 g	7.61 g	6.36 g	2.32 g	7.11 g	1.98 g	0.88 g	11.60 g	11.36 g	4.70 g	14.58 g	10.40 g	1.76 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		45.60 g	0.00 g	0.82 g	59.27 g	0.00 g	1.41 g	53.79 g	0.00 g	1.01 g	53.11 g	2.80 g	2.56 g	63.88 g	9.60 g	1.49 g
1,(7)			1,7,10,(12)			1,7			1,7			1,5,6,7,8				
Ebéd	Iskolás 7-14 év	Tárkonyos szárnyasraguleves Burgonyás tészta Csemege uborkával			Tojásleves Rakott brokkoli bulgurral			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejbegríz Kakaó szóráttal Gyümölcs			Amerikai kukoricaleves Hawai csirkemell szelet Párolt rizszel			Kertészleves Stroganoff sertésragu Orsó tésztával		
		Energia: 544.85 Kcal / 2,277.47 KJ			Energia: 550.17 Kcal / 2,299.71 KJ			Energia: 635.32 Kcal / 2,655.64 KJ			Energia: 638.08 Kcal / 2,667.17 KJ			Energia: 537.82 Kcal / 2,248.09 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		20.11 g	15.32 g	3.70 g	26.25 g	30.38 g	7.99 g	23.63 g	13.71 g	4.56 g	28.31 g	20.75 g	2.51 g	22.90 g	18.23 g	0.51 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		80.86 g	0.02 g	4.69 g	44.35 g	0.01 g	4.08 g	102.92 g	24.18 g	2.36 g	83.23 g	6.37 g	3.27 g	69.84 g	0.02 g	0.91 g
1,7,9,15,(3),(12)			1,3,7,9			1,7			1,7,9			1,7,9,10,15,(3),(12)				
Uzsonna	Iskolás 7-14 év	Margarinos Graham kenyér Soproni felvágottal Paprikával			Csokoládés poharas puding Korpás kifli			Margarinos Zsemle Paprikás szalámmal Uborkával			Snidlinges sajtkrémes Rozskenyér Paprikával			Margarinos Korpás zsemle Zala felvágottal Jégcsapretekkel		
		Energia: 250.14 Kcal / 1,045.59 KJ			Energia: 295.05 Kcal / 1,233.31 KJ			Energia: 231.55 Kcal / 967.88 KJ			Energia: 236.00 Kcal / 986.48 KJ			Energia: 198.89 Kcal / 831.36 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		9.16 g	8.85 g	3.19 g	10.13 g	6.42 g	3.19 g	7.94 g	9.25 g	1.03 g	7.52 g	8.87 g	9.10 g	7.76 g	5.57 g	2.21 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		33.36 g	0.00 g	1.93 g	48.84 g	19.48 g	0.67 g	29.06 g	0.00 g	0.58 g	31.24 g	0.00 g	0.94 g	29.52 g	4.68 g	0.98 g
1,(7)			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
 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: 11730967-4-08
 34
 Élelmezésvezető