


43. heti étlap 2024.10.21. - 2024.10.25.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b> Tízórai	Iskolás 7-14 év	Szívószálas kakaó Narancsos mini kuglóf			Gyümölcsle Margarinos Rozskenyér Fokhagymás felvágottal Paprikával						Gyümölcsle Tonhalkrém Korpás kenyér			Poharas gyümölcsjoghurt Keksz		
		Energia: 466.20 Kcal / 1,948.72 KJ			Energia: 346.69 Kcal / 1,449.16 KJ						Energia: 326.01 Kcal / 1,362.72 KJ			Energia: 300.79 Kcal / 1,257.30 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.14 g	17.50 g	0.00 g	9.70 g	9.33 g	7.71 g				5.24 g	10.20 g	3.59 g	8.04 g	9.09 g	3.74 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		65.80 g	0.00 g	0.00 g	56.30 g	0.00 g	1.60 g				53.44 g	0.00 g	0.72 g	46.09 g	17.55 g	0.68 g
			1,(7)						1,3,4,7,10			1,7,(3),(5),(8)				
Ebéd	Iskolás 7-14 év	Hamis gulyásleves Sárgaborsófőzelék Bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Erőleves cérnametéllel Toscan paradicsomos csirke Penne tésztával Reszelt sajttal			Nemzeti ünnep			Édesburgonyakrémleves Kolbászmorzsával Hentes tokány Párolt rizzzel Körte			Tejfölös karfiolleves Sertéspörkölt Tarhonyával Csemegeuborkával		
		Energia: 437.70 Kcal / 1,829.59 KJ			Energia: 569.30 Kcal / 2,379.67 KJ						Energia: 884.93 Kcal / 3,699.01 KJ			Energia: 741.45 Kcal / 3,099.26 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		24.01 g	25.27 g	6.08 g	22.36 g	22.41 g	4.02 g				24.43 g	42.62 g	0.16 g	27.26 g	38.77 g	6.26 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		62.37 g	0.02 g	2.24 g	68.90 g	0.00 g	0.60 g				99.74 g	0.00 g	0.40 g	70.38 g	0.03 g	4.96 g
1,9,(3),(6),(7),(12)			1,3,7,9						1,7,9,15,(12)			1,3,7,9,15,(12)				
Uzsonna	Iskolás 7-14 év	Margarinos Graham kenyér Mátrai diákcsemegével Kígyóborkával			Helyben sült meggyes párna Alma						Margarinos Korpás zsemle Toast felvágottal			Helyben sült sajttal szórt pogácsa		
		Energia: 204.85 Kcal / 856.27 KJ			Energia: 393.37 Kcal / 1,644.29 KJ						Energia: 185.23 Kcal / 774.26 KJ			Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.54 g	3.86 g	1.33 g	4.38 g	18.87 g	4.87 g				9.22 g	3.77 g	1.52 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		32.94 g	0.00 g	1.59 g	50.48 g	18.16 g	0.69 g				28.58 g	0.00 g	0.79 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g
1,(7)			1,7,(3),(6),(12)						1,(7)			1,3,7				

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 Arabona Zrt.  
8024 Győr, Hunyadi u. 14.  
Csoportos adószám: 17783408-5-13  
Adószám: 11130967-4-08

*Németh Viktória*

Élelmezésvezető