


51. heti étlap 2024.12.16. - 2024.12.20.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Tízórai</b>	<b>Iskolás 7-14 év</b>	Szívószálás kakaó Kifli			Gyümölcsle Sütőtökös sajtkrémes Rozskenyér			Gyümölcsle Margarinos Korpás kenyér Paprikás szalámmal			Poharas tej Margarinos Korpás kenyér Sajt szelettel Paradicsommal			Gyümölcsle Tonhalkrémes Félbarna kenyér		
		Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 331.54 Kcal / 1,385.84 KJ			Energia: 322.57 Kcal / 1,348.34 KJ			Energia: 320.53 Kcal / 1,339.82 KJ			Energia: 342.77 Kcal / 1,432.78 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	7.24 g	8.65 g	4.52 g	7.42 g	9.23 g	0.90 g	16.28 g	10.74 g	5.92 g	7.21 g	9.37 g	3.59 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	56.32 g	0.00 g	0.70 g	52.81 g	0.00 g	0.76 g	39.50 g	0.00 g	1.43 g	57.50 g	0.00 g	1.22 g		
1,(7)			1,7			1,(7)			1,7			1,3,4,7,10				
<b>Ebéd</b>	<b>Iskolás 7-14 év</b>	Almás-fahéjas szilvaleves Marhapörkölt Tarhonyával Vegyes vágottal			Erőleves Főtt sertésszelet Almamártással Főtt burgonyával			Füstölt sajtos karfiolkremleves Levesgyönggyel Narancsos mézes kakukkfűves csirkecomb Vegyes körettel			Zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajtszóráttal Alma			Szárzabbelevés Félbarna kenyérral Mákos piskóta Meggyszósszal Szaloncukor		
		Energia: 452.52 Kcal / 1,891.53 KJ			Energia: 413.19 Kcal / 1,727.13 KJ			Energia: 738.22 Kcal / 3,085.76 KJ			Energia: 702.05 Kcal / 2,934.57 KJ			Energia: 1,065.36 Kcal / 4,453.20 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.68 g	8.46 g	5.62 g	19.10 g	16.66 g	4.17 g	48.82 g	34.75 g	5.44 g	28.43 g	33.28 g	6.55 g	21.99 g	29.83 g	3.47 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
81.63 g	10.39 g	4.55 g	55.80 g	11.99 g	0.78 g	46.86 g	0.26 g	4.46 g	71.43 g	2.05 g	2.37 g	175.43 g	20.05 g	2.09 g		
1,3,7,15,(10),(12)			1,7,9			1,3,7,9			1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,9,(12)				
<b>Uzsonna</b>	<b>Iskolás 7-14 év</b>	Margarinos Teljes kiőrlésű kenyér Soproni felvágottal Paprikával			Helyben sült sonkás-sajtos pizzaszelet			Poharas csokipuding Kifli Narancs			Margarinos Zsemle Olasz felvágottal			Margarinos Korpás zsemle Sertés párizsival Paprikával		
		Energia: 233.13 Kcal / 974.48 KJ			Energia: 267.80 Kcal / 1,119.40 KJ			Energia: 150.69 Kcal / 629.88 KJ			Energia: 220.86 Kcal / 923.19 KJ			Energia: 203.40 Kcal / 850.21 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.72 g	9.00 g	3.23 g	15.74 g	11.09 g	3.62 g	4.36 g	0.48 g	0.10 g	7.44 g	8.51 g	3.32 g	7.50 g	6.10 g	2.41 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.24 g	0.00 g	1.48 g	26.13 g	0.10 g	0.94 g	31.30 g	0.00 g	0.41 g	28.56 g	0.00 g	1.41 g	29.59 g	0.00 g	1.03 g		
1,(7)			1,3,7			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

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.  
8024 Győr, Hunyadi u. 15.  
Csoportos adószám: 17783408-5-13  
Adószám: 11130967-4-08

*Németh Viktória*

Élelmezésvezető