


45. heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|--|--------------------|---|---------|--------|--|--------------|--------|---|-----------------------|--------|--|---------------|--------|---|---------|--------|
|  eatrend Tízórai | Iskolás 7-14 év | Szívószálas kakaó Molnárka Alma | | | Gyümölcsle Füstölt sajt brokkolikrémes Rozskenyér | | | Gyümölcsle Margarinos Félbarna kenyér Paprikás szalámmal | | | Poharas tej Gabonagolyóval | | | Gyümölcsle Majonézes tonhalkrémes Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsommal | | |
| | | Energia: 239.52 Kcal / 1,001.19 KJ | | | Energia: 336.70 Kcal / 1,407.41 KJ | | | Energia: 348.69 Kcal / 1,457.52 KJ | | | Energia: 245.04 Kcal / 1,024.27 KJ | | | Energia: 345.53 Kcal / 1,444.32 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 6.19 g | 5.59 g | 2.06 g | 7.44 g | 9.37 g | 7.99 g | 9.36 g | 9.47 g | 0.90 g | 9.88 g | 3.24 g | 1.66 g | 7.16 g | 10.63 g | 3.64 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| | | 40.29 g | 2.40 g | 0.64 g | 55.80 g | 0.00 g | 0.73 g | 56.83 g | 0.00 g | 1.26 g | 43.80 g | 0.00 g | 0.95 g | 55.41 g | 0.00 g | 0.60 g |
| 1,3,7 | | | 1,7 | | | 1,(7) | | | 7,(1),(3),(5) | | | 1,3,4,7,10 | | | | |
| Ebéd | Iskolás 7-14 év | Őszi zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal | | | Magyaros burgonyaleves Zöldborsófőzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérral | | | Erőleves cérnametélttel Roston csirkemell Sajtmártással Párolt rizszel | | | Gyömbéres körtekrémleves múzliszórral Rakott karfiol bulgurral Szilva | | | Csurgatott tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborkával | | |
| | | Energia: 589.21 Kcal / 2,462.90 KJ | | | Energia: 571.61 Kcal / 2,389.33 KJ | | | Energia: 822.00 Kcal / 3,435.96 KJ | | | Energia: 635.57 Kcal / 2,656.68 KJ | | | Energia: 501.18 Kcal / 2,094.93 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 27.89 g | 26.03 g | 5.65 g | 17.30 g | 19.45 g | 1.20 g | 32.93 g | 40.12 g | 2.05 g | 23.53 g | 25.21 g | 5.10 g | 18.36 g | 26.46 g | 6.52 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| | | 60.04 g | 2.00 g | 0.79 g | 82.15 g | 10.06 g | 3.31 g | 81.57 g | 0.17 g | 1.69 g | 79.33 g | 0.00 g | 2.67 g | 46.11 g | 0.01 g | 4.93 g |
| 1,3,7,9,(6),(12) | | | 1,7,9 | | | 1,3,7,9,(10) | | | 1,5,6,7,(8),(11),(12) | | | 1,3,9,15,(12) | | | | |
| Uzsonna | Iskolás 7-14 év | Kenőmájas Korpás kenyér Kigyóuborkával | | | Margarinos Zsemle Sertés párizsival Salátalevéllal | | | Magyaros vajkrémes Korpás zsemle Paprikával | | | Kockasajtos Korpás kifli | | | Helyben sült sajtkrémes rúd Zabrudai | | |
| | | Energia: 201.97 Kcal / 844.23 KJ | | | Energia: 197.16 Kcal / 824.13 KJ | | | Energia: 218.44 Kcal / 913.08 KJ | | | Energia: 201.34 Kcal / 841.60 KJ | | | Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 6.90 g | 5.81 g | 2.02 g | 7.13 g | 6.00 g | 2.41 g | 5.56 g | 8.44 g | 4.00 g | 9.52 g | 7.02 g | 3.79 g | 7.99 g | 2.31 g | 3.61 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| | | 30.29 g | 0.00 g | 0.93 g | 28.62 g | 0.00 g | 1.03 g | 29.80 g | 0.00 g | 0.51 g | 24.78 g | 0.00 g | 1.26 g | 33.28 g | 0.00 g | 1.69 g |
| 1,(6),(7),(10) | | | 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

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

Németh Viktória

Élelmezésvezető