

45. heti étlap 2024.11.04 - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>5005 - 5007</b> <b>Földimogyoró,-</b> <b>kesudió;pisztácia;-</b> <b>diófélék;szezánmag</b> <b>szója;eper;-</b> <b>olajsmagmentes</b> <b>4-6 év</b>	Karamellás tej Liga margarinos Diétás pékáru BL			Herba tea Brokkolikrémés Diétás pékáru BL			Herba tea Sült húskrémés Diétás pékáru BL			Tej Liga margarinos Diétás pékáru BL Szilvalekvárral			Herba tea Tonhalkrémés Diétás pékáru BL		
		Energia: 229.04 Kcal / 957.39 KJ			Energia: 136.03 Kcal / 568.61 KJ			Energia: 167.08 Kcal / 698.39 KJ			Energia: 182.48 Kcal / 762.77 KJ			Energia: 174.32 Kcal / 728.66 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.88 g	10.02 g	3.53 g	0.31 g	8.77 g	2.38 g	1.47 g	11.71 g	3.34 g	7.01 g	10.02 g	3.53 g	0.42 g	13.00 g	3.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27.58 g	16.74 g	0.37 g	13.76 g	13.39 g	0.13 g	13.68 g	13.39 g	0.25 g	15.75 g	3.61 g	0.38 g	13.63 g	13.39 g	0.20 g		
1,7			1			1			1,7,(12)			1,4				
<b>Ebéd</b>	<b>5005 - 5007</b> <b>Földimogyoró,-</b> <b>kesudió;pisztácia;-</b> <b>diófélék;szezánmag</b> <b>szója;eper;-</b> <b>olajsmagmentes</b> <b>4-6 év</b>	Zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsó főzelék Fasírttal Diétás pékáru BL			Erőleves cérnametéllel Roston sült csirkemell Párolt rizszel Sajtmártással			Körtekrémleves Rakott karfiol bulgurral Mandarin			Tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborkával		
		Energia: 506.86 Kcal / 2,118.67 KJ			Energia: 555.42 Kcal / 2,321.66 KJ			Energia: 622.77 Kcal / 2,603.18 KJ			Energia: 488.89 Kcal / 2,043.56 KJ			Energia: 380.55 Kcal / 1,590.70 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		19.61 g	24.49 g	6.98 g	24.07 g	20.50 g	3.47 g	25.21 g	28.92 g	6.70 g	17.58 g	21.66 g	6.46 g	15.25 g	22.39 g	6.03 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
51.73 g	2.52 g	1.89 g	68.63 g	18.89 g	2.82 g	64.87 g	0.12 g	5.82 g	56.04 g	6.50 g	4.95 g	28.64 g	0.01 g	2.93 g		
1,7,(3),(6),(12)			1,3,7,9			1,3,7,9,(10)			1,7			1,3,9,15,(12)				
<b>Uzsonna</b>	<b>5005 - 5007</b> <b>Földimogyoró,-</b> <b>kesudió;pisztácia;-</b> <b>diófélék;szezánmag</b> <b>szója;eper;-</b> <b>olajsmagmentes</b> <b>4-6 év</b>	Kenőmájás Diétás pékáru BL Kígyóuborkával			Liga margarinos Diétás pékáru BL Sertés párizsival Salátalevéllal			Magyaros vajkrémés Diétás pékáru BL Paprikával			Kockasajt Diétás pékáru BL			Növényi sajtos pogácsa- TündérManna		
		Energia: 72.42 Kcal / 302.72 KJ			Energia: 107.41 Kcal / 448.97 KJ			Energia: 80.57 Kcal / 336.78 KJ			Energia: 76.00 Kcal / 317.68 KJ			Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		2.89 g	5.44 g	2.17 g	2.48 g	10.65 g	3.28 g	0.77 g	8.06 g	3.87 g	4.21 g	6.25 g	3.72 g	0.70 g	17.10 g	9.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
2.91 g	2.20 g	0.24 g	0.30 g	0.00 g	0.56 g	1.15 g	0.00 g	0.01 g	0.65 g	0.00 g	0.70 g	34.20 g	1.50 g	1.40 g		
1,(6),(7),(10)			1			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-csillagfürt             | 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. 14.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 11130967-4-08  
 34. 31. 31. 14.

.....  
 .....  
 .....  
 .....

**Élelmezésvezető**

45. heti étlap 2024.11.04 - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <p><b>Tízórai</b></p>	<p>5020 - 5022 (617/402) Hal-, olajosmag-, mogyoró-, mustár-, szója-, citrus-, narancs-, banán-, szilva-, barack-, eper-, málna-, alma-, teljeskiőrlésű élelmiszer mentes 4-6 év</p>	Karamellás tej Liga margarinós Diétás pékáru BL			Herba tea Brokkolikrémes Diétás pékáru BL			Herba tea Sült húskrémes Diétás pékáru BL			Tej Liga margarinós Diétás pékáru BL Áfonyalekvárral			Herba tea Liga margarinós sonkakrémes Diétás pékáru BL		
		Energia: 229.04 Kcal / 957.39 KJ			Energia: 136.03 Kcal / 568.61 KJ			Energia: 167.08 Kcal / 698.39 KJ			Energia: 186.23 Kcal / 778.44 KJ			Energia: 97.67 Kcal / 408.26 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.88 g	10.02 g	3.53 g	0.31 g	8.77 g	2.38 g	1.47 g	11.71 g	3.34 g	6.92 g	10.03 g	3.64 g	1.74 g	3.78 g	1.04 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		27.58 g	16.74 g	0.37 g	13.76 g	13.39 g	0.13 g	13.68 g	13.39 g	0.25 g	16.81 g	4.80 g	0.37 g	13.99 g	13.39 g	0.27 g
1,7			1			1			1,7,(12)			1				
<p><b>Ebéd</b></p>	<p>5020 - 5022 (617/402) Hal-, olajosmag-, mogyoró-, mustár-, szója-, citrus-, narancs-, banán-, szilva-, barack-, eper-, málna-, alma-, teljeskiőrlésű élelmiszer mentes 4-6 év</p>	Zöldségleves Húsos spagetti Reszelt sajttal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsó főzelék Fasírttal Diétás pékáru BL			Erőleves cérnametéllel Roston sült csirkemell Párolt rizszel Sajtmártással			Körtekrémleves Rakott karfiol bulgurral Körte			Tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborkával		
		Energia: 500.67 Kcal / 2,092.80 KJ			Energia: 555.42 Kcal / 2,321.66 KJ			Energia: 633.03 Kcal / 2,646.07 KJ			Energia: 521.49 Kcal / 2,179.83 KJ			Energia: 380.55 Kcal / 1,590.70 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		20.15 g	25.86 g	7.64 g	24.07 g	20.50 g	3.47 g	27.58 g	29.29 g	6.54 g	17.48 g	21.81 g	6.46 g	15.25 g	22.39 g	6.03 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		46.69 g	0.00 g	1.70 g	68.63 g	18.89 g	2.82 g	64.26 g	0.00 g	5.40 g	64.24 g	6.50 g	4.96 g	28.64 g	0.01 g	2.93 g
1,7,(3)			1,3,7,9			1,3,7,9			1,7			1,3,9,15,(12)				
<p><b>Uzsonna</b></p>	<p>5020 - 5022 (617/402) Hal-, olajosmag-, mogyoró-, mustár-, szója-, citrus-, narancs-, banán-, szilva-, barack-, eper-, málna-, alma-, teljeskiőrlésű élelmiszer mentes 4-6 év</p>	Kenőmájás allergénmentes Diétás pékáru BL Kígyóborkával			Liga margarinós Diétás pékáru BL Sertés párizsival Salátalevéllal			Magyaros vajkrémes Diétás pékáru BL Paprikával			Kockasajt Diétás pékáru BL			Sós pereg-TündérManna		
		Energia: 72.42 Kcal / 302.72 KJ			Energia: 107.41 Kcal / 448.97 KJ			Energia: 80.57 Kcal / 336.78 KJ			Energia: 76.00 Kcal / 317.68 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		2.89 g	5.44 g	2.17 g	2.48 g	10.65 g	3.28 g	0.77 g	8.06 g	3.87 g	4.21 g	6.25 g	3.72 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		2.91 g	2.20 g	0.24 g	0.30 g	0.00 g	0.56 g	1.15 g	0.00 g	0.01 g	0.65 g	0.00 g	0.70 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g
1			1			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, Hunyosi u. 14-  
Cégszám: 1783408-5-13  
Adószám: 11130967-4-08

*Németh Viktória*

Élelmészvezető

45. heti étlap 2024.11.04 - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
	<b>5065 - 5067</b> <b>Zellermentes</b> <b>4-6 év</b>	Karamellás tej Liga margarinos Diétás pékáru BL			Herba tea Brokkolikrémes Diétás pékáru BL			Herba tea Sült húskrémes Diétás pékáru BL			Tej Liga margarinos Diétás pékáru BL Szilvalekvárral			Herba tea Tonhalkrémes Diétás pékáru BL		
		Energia: 229.04 Kcal / 957.39 KJ			Energia: 136.03 Kcal / 568.61 KJ			Energia: 167.08 Kcal / 698.39 KJ			Energia: 182.48 Kcal / 762.77 KJ			Energia: 174.32 Kcal / 728.66 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.88 g	10.02 g	3.53 g	0.31 g	8.77 g	2.38 g	1.47 g	11.71 g	3.34 g	7.01 g	10.02 g	3.53 g	0.42 g	13.00 g	3.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		27.58 g	16.74 g	0.37 g	13.76 g	13.39 g	0.13 g	13.68 g	13.39 g	0.25 g	15.75 g	3.61 g	0.38 g	13.63 g	13.39 g	0.20 g
1,7			1			1			1,7,(12)			1,4				
<b>Ebéd</b>	<b>5065 - 5067</b> <b>Zellermentes</b> <b>4-6 év</b>	Zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsó főzelék Fasírttal Diétás pékáru BL			Erőleves cérnametéllel Roston sült csirkemell Párolt rizzsel Sajtmártással			Körtekrémleves Rakott karfiol bulgurral Mandarin			Tojásleves Pusztapörkölt burgonyával Csemege uborkával		
		Energia: 524.14 Kcal / 2,190.91 KJ			Energia: 549.94 Kcal / 2,298.75 KJ			Energia: 631.08 Kcal / 2,637.91 KJ			Energia: 488.89 Kcal / 2,043.56 KJ			Energia: 315.68 Kcal / 1,319.54 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		20.78 g	25.86 g	7.67 g	23.85 g	20.45 g	3.49 g	25.59 g	29.71 g	6.55 g	17.58 g	21.66 g	6.46 g	16.09 g	12.47 g	2.64 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		51.78 g	2.52 g	2.00 g	67.59 g	18.88 g	2.80 g	65.11 g	0.13 g	5.42 g	56.04 g	6.50 g	4.95 g	33.82 g	0.00 g	2.93 g
1,7,(3),(6),(12)			1,3,7			1,3,7,(10)			1,7			1,3,15,(12)				
<b>Uzsonna</b>	<b>5065 - 5067</b> <b>Zellermentes</b> <b>4-6 év</b>	Kenőmájás Diétás pékáru BL Kígyóuborkával			Liga margarinos Diétás pékáru BL Sertés párizsival Salátalevéllel			Magyaros vajkrémes Diétás pékáru BL Paprikával			Kockasajt Diétás pékáru BL			Növényi sajtos pogácsa- TündérManna		
		Energia: 72.42 Kcal / 302.72 KJ			Energia: 107.41 Kcal / 448.97 KJ			Energia: 80.57 Kcal / 336.78 KJ			Energia: 76.00 Kcal / 317.68 KJ			Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		2.89 g	5.44 g	2.17 g	2.48 g	10.65 g	3.28 g	0.77 g	8.06 g	3.87 g	4.21 g	6.25 g	3.72 g	0.70 g	17.10 g	9.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		2.91 g	2.20 g	0.24 g	0.30 g	0.00 g	0.56 g	1.15 g	0.00 g	0.01 g	0.65 g	0.00 g	0.70 g	34.20 g	1.50 g	1.40 g
1,(6),(7),(10)			1			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-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfít	15-mesterséges édesítőszer	

**Jó étvágyat kívánunk!**


Eatrend Arrabona Zrt.  
8024 Győr, Hunyadi u. 14.  
Cégszám: 1783408-5-13  
Adószám: 11130967-4-08

*Németh Viktória*

Élelmészvezető



45. heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b> 5300 - 5302 (800/802) Tej- és rozslisztmentes 4-6 év	Karamellás rizstej Liga margarinós Diétás pékáru BL			Herba tea Brokkolikrémés Diétás pékáru BL			Herba tea Sült húskrémés Diétás pékáru BL			Rizstej Liga margarinós Diétás pékáru BL Szilvalekvárral			Herba tea Tonhalkrémés Diétás pékáru BL			
	Energia: 187.48 Kcal / 783.67 KJ			Energia: 136.03 Kcal / 568.61 KJ			Energia: 167.08 Kcal / 698.39 KJ			Energia: 168.91 Kcal / 706.04 KJ			Energia: 174.32 Kcal / 728.66 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	
	0.09 g	8.28 g	2.06 g	0.31 g	8.77 g	2.38 g	1.47 g	11.71 g	3.34 g	0.24 g	8.92 g	2.13 g	0.42 g	13.00 g	3.53 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
27.50 g	22.09 g	0.10 g	13.76 g	13.39 g	0.13 g	13.68 g	13.39 g	0.25 g	20.96 g	11.64 g	0.11 g	13.63 g	13.39 g	0.20 g		
1			1			1			1,(12)			1,4				
<b>Ebéd</b> 5300 - 5302 (800/802) Tej- és rozslisztmentes 4-6 év	Zöldségleves Bolognai spagetti Növényi sajt szóráttal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsó főzelék Fasírttal Diétás pékáru BL			Erőleves cérnametéllel Roston sült csirkemell Párolt rizszel Növényi alapú sajtmártással			Körtekrémleves Rakott karfiol bulgurral Mandarin			Tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborkával			
	Energia: 458.86 Kcal / 1,918.03 KJ			Energia: 400.71 Kcal / 1,674.97 KJ			Energia: 666.32 Kcal / 2,785.22 KJ			Energia: 363.48 Kcal / 1,519.35 KJ			Energia: 380.55 Kcal / 1,590.70 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	
	15.91 g	20.70 g	4.69 g	17.53 g	20.28 g	2.69 g	21.10 g	29.89 g	5.16 g	14.72 g	12.19 g	4.00 g	15.25 g	22.39 g	6.03 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
52.05 g	2.50 g	1.51 g	37.75 g	6.29 g	2.50 g	77.21 g	5.28 g	5.56 g	49.13 g	6.50 g	2.05 g	28.64 g	0.01 g	2.93 g		
1,(3)			1,9			1,3,9,(10)			1			1,3,9,15,(12)				
<b>Uzsonna</b> 5300 - 5302 (800/802) Tej- és rozslisztmentes 4-6 év	Kenőmájás allergénmentes Diétás pékáru BL Kígyóuborkával			Liga margarinós Diétás pékáru BL Sertés párizsival Salátalevéllal			Növényi szendvicskrémés Diétás pékáru BL Paprikával			Növényi szendvicskrémés Diétás pékáru BL			Növényi sajtos pogácsa- TündérManna			
	Energia: 72.42 Kcal / 302.72 KJ			Energia: 107.41 Kcal / 448.97 KJ			Energia: 53.41 Kcal / 223.25 KJ			Energia: 49.49 Kcal / 206.87 KJ			Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 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	
	2.89 g	5.44 g	2.17 g	2.48 g	10.65 g	3.28 g	0.49 g	4.86 g	4.20 g	0.25 g	4.80 g	4.20 g	0.70 g	17.10 g	9.30 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
2.91 g	2.20 g	0.24 g	0.30 g	0.00 g	0.56 g	2.05 g	0.00 g	0.32 g	1.45 g	0.00 g	0.32 g	34.20 g	1.50 g	1.40 g		
1			1			1			1							

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.  
 1102-4 Győr, Hunyadi u. 14  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 11130967-4-08

*Kéremeth J. Zoltán*

Élelmezésvezető

45. heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <p><b>5310 - 5312 (151/903)</b> Tej-, citrus-, szója-, banán-, olajosmag-, eper- és marhamentes 4-6 év</p>	<p>Karamellás rizstej Liga margarinos Diétás pékáru BL</p>				<p>Herba tea Brokkolikrémés Diétás pékáru BL</p>			<p>Herba tea Sült húskrémés Diétás pékáru BL</p>			<p>Rizstej Liga margarinos Diétás pékáru BL Szilvalekvárral</p>			<p>Herba tea Tonhalkrémés Diétás pékáru BL</p>		
		Energia: 187.48 Kcal / 783.67 KJ			Energia: 136.03 Kcal / 568.61 KJ			Energia: 167.08 Kcal / 698.39 KJ			Energia: 168.91 Kcal / 706.04 KJ			Energia: 174.32 Kcal / 728.66 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.09 g	8.28 g	2.06 g	0.31 g	8.77 g	2.38 g	1.47 g	11.71 g	3.34 g	0.24 g	8.92 g	2.13 g	0.42 g	13.00 g	3.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		27.50 g	22.09 g	0.10 g	13.76 g	13.39 g	0.13 g	13.68 g	13.39 g	0.25 g	20.96 g	11.64 g	0.11 g	13.63 g	13.39 g	0.20 g
1			1			1			1,(12)			1,4				
<p><b>5310 - 5312 (151/903)</b> Tej-, citrus-, szója-, banán-, olajosmag-, eper- és marhamentes 4-6 év</p>	<p>Zöldségleves Bolognai spagetti Növényi sajt szóráttal</p>				<p>Magyaros burgonyaleves Zöldborsó főzelék Fasírttal Diétás pékáru BL</p>			<p>Erőleves cérnametéllel Roston sült csirkemell Párolt rizszel Növényi alapú sajtmártással</p>			<p>Körtekrémleves Rakott karfiol bulgurral Alma</p>			<p>Tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborkával</p>		
		Energia: 458.86 Kcal / 1,918.03 KJ			Energia: 400.71 Kcal / 1,674.97 KJ			Energia: 666.32 Kcal / 2,785.22 KJ			Energia: 368.77 Kcal / 1,541.46 KJ			Energia: 380.55 Kcal / 1,590.70 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.91 g	20.70 g	4.69 g	17.53 g	20.28 g	2.69 g	21.10 g	29.89 g	5.16 g	14.62 g	12.49 g	4.00 g	15.25 g	22.39 g	6.03 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		52.05 g	2.50 g	1.51 g	37.75 g	6.29 g	2.50 g	77.21 g	5.28 g	5.56 g	49.83 g	6.50 g	2.07 g	28.64 g	0.01 g	2.93 g
1,(3)			1,9			1,3,9,(10)			1			1,3,9,15,(12)				
<p><b>5310 - 5312 (151/903)</b> Tej-, citrus-, szója-, banán-, olajosmag-, eper- és marhamentes 4-6 év</p>	<p>Kenőmájás allergénmentes Diétás pékáru BL Kígyóborkával</p>				<p>Liga margarinos Diétás pékáru BL Sertés párizsival Salátalevével</p>			<p>Növényi szendvicskrémés Diétás pékáru BL Paprikával</p>			<p>Növényi szendvicskrémés Diétás pékáru BL</p>			<p>Növényi sajtos pogácsa- TündérManna</p>		
		Energia: 72.42 Kcal / 302.72 KJ			Energia: 107.41 Kcal / 448.97 KJ			Energia: 53.41 Kcal / 223.25 KJ			Energia: 49.49 Kcal / 206.87 KJ			Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		2.89 g	5.44 g	2.17 g	2.48 g	10.65 g	3.28 g	0.49 g	4.86 g	4.20 g	0.25 g	4.80 g	4.20 g	0.70 g	17.10 g	9.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		2.91 g	2.20 g	0.24 g	0.30 g	0.00 g	0.56 g	2.05 g	0.00 g	0.32 g	1.45 g	0.00 g	0.32 g	34.20 g	1.50 g	1.40 g
1			1			1			1							

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  
2-rák      5-földimogyoró      8-diófélék  
3-tojás      6-szója      9-zeller

10-mustár  
11-szezám  
12-kéndioxid-szulfid

13-csillagfűrt  
14-puhatestűek  
15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér


**Jó étvágyat kívánunk!**

Eatrend Arrabona Zrt.  
3024 Győr, Húnyyadi u. 15.  
Csoportos adószám: 17783408-5-13  
Adószám: 11130967-4-08

*Németh Viktória*

Élelmezésvezető

45. heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>5340 - 5342</b> <b>(377/378 és 540/542)</b> Tej-, hal-, marha-, szója-, olajosmag-, citrus-, körte- és szegfűszegmentes 4-6 év	Rizstej Liga margarinós Diétás pékáru BL			Herba tea Brokkolikrémes Diétás pékáru BL			Herba tea Sült húskrémes Diétás pékáru BL			Rizstej Liga margarinós Diétás pékáru BL Csirkemellsonkával			Herba tea Liga margarinós sonkakrémes Diétás pékáru BL		
		Energia: 148.22 Kcal / 619.56 KJ			Energia: 136.03 Kcal / 568.61 KJ			Energia: 167.08 Kcal / 698.39 KJ			Energia: 170.33 Kcal / 711.98 KJ			Energia: 97.67 Kcal / 408.26 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
		0.11 g	8.92 g	2.13 g	0.31 g	8.77 g	2.38 g	1.47 g	11.71 g	3.34 g	3.51 g	9.48 g	2.32 g	1.74 g	3.78 g	1.04 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		16.05 g	8.03 g	0.10 g	13.76 g	13.39 g	0.13 g	13.68 g	13.39 g	0.25 g	16.89 g	8.03 g	0.53 g	13.99 g	13.39 g	0.27 g
1			1			1			1			1				
<b>Ebéd</b>	<b>5340 - 5342</b> <b>(377/378 és 540/542)</b> Tej-, hal-, marha-, szója-, olajosmag-, citrus-, körte- és szegfűszegmentes 4-6 év	Zöldségleves Bolognai spagetti Növényi sajt szóráttal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsó főzelék Fasírttal Diétás pékáru BL			Erőleves levesbetéttel Roston sült csirkemell Párolt rizszel Növényi alapú sajtmártással			Almaleves Rakott karfiol bulgurral Alma			Rántott leves Pírtott kenyérgockával Pusztapörkölt Céklasalátával		
		Energia: 467.68 Kcal / 1,954.90 KJ			Energia: 400.71 Kcal / 1,674.97 KJ			Energia: 663.69 Kcal / 2,774.22 KJ			Energia: 363.74 Kcal / 1,520.43 KJ			Energia: 414.74 Kcal / 1,733.61 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
		11.01 g	22.62 g	4.75 g	17.53 g	20.28 g	2.69 g	20.32 g	29.71 g	5.12 g	15.34 g	12.68 g	4.02 g	15.13 g	23.20 g	5.98 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		54.35 g	5.38 g	1.53 g	37.75 g	6.29 g	2.50 g	77.67 g	5.58 g	5.53 g	52.47 g	9.99 g	2.32 g	35.35 g	0.03 g	1.94 g
1			1,9			1,9,(10)			1			1				
<b>Uzsonna</b>	<b>5340 - 5342</b> <b>(377/378 és 540/542)</b> Tej-, hal-, marha-, szója-, olajosmag-, citrus-, körte- és szegfűszegmentes 4-6 év	Házi kolbászkrémesTM Diétás pékáru BL Kígyóborkával			Liga margarinós Diétás pékáru BL Sertés párizsival Salátalevéllel			Növényi szendvicskrémes Diétás pékáru BL Paprikával			Növényi szendvicskrémes Diétás pékáru BL			Növényi sajtos pogácsa- TündérManna		
		Energia: 112.00 Kcal / 468.16 KJ			Energia: 107.41 Kcal / 448.97 KJ			Energia: 53.41 Kcal / 223.25 KJ			Energia: 49.49 Kcal / 206.87 KJ			Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 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
		1.14 g	11.57 g	3.31 g	2.48 g	10.65 g	3.28 g	0.49 g	4.86 g	4.20 g	0.25 g	4.80 g	4.20 g	0.70 g	17.10 g	9.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		0.72 g	2.20 g	0.28 g	0.30 g	0.00 g	0.56 g	2.05 g	0.00 g	0.32 g	1.45 g	0.00 g	0.32 g	34.20 g	1.50 g	1.40 g
1			1			1			1			1				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.  
 Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

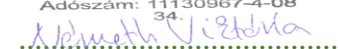
Allergén lista (kód-allergén)

- |          |                |                    |
|----------|----------------|--------------------|
| 1-glutén | 4-hal          | 7-tejtermék,laktóz |
| 2-rák    | 5-földimogyoró | 8-diófélék         |
| 3-tojás  | 6-szója        | 9-zeller           |

- |                      |
|----------------------|
| 10-mustár            |
| 11-szezám            |
| 12-kéndioxid-szulfit |


- |                            |
|----------------------------|
| 13-csillagfűrt             |
| 14-puhatestűek             |
| 15-mesterséges édesítőszer |

16-édesgyökér

**Jó étvágyat kívánunk!**  
 Eatrend Arabona Zrt.  
 8024 Győr, Hunyadi u. 15.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 11130967-4-08  
  
 Élelmezésvezető



45. heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>5370 - 5372 (606/928)</b> Tej-, citrus-, olajosmag-, banán-, paradicsommentes, fruktózszegény 4-6 év	Rizstej Liga margarinos Diétás pékáru BL			Zöld tea Brokkolikrémes Diétás pékáru BL			Zöld tea Sült húskrémes Diétás pékáru BL			Rizstej Liga margarinos Diétás pékáru BL Csirkemellsonkával			Zöld tea Tonhalkrémes Diétás pékáru BL		
		Energia: 148.22 Kcal / 619.56 KJ			Energia: 136.55 Kcal / 570.78 KJ			Energia: 167.60 Kcal / 700.57 KJ			Energia: 170.33 Kcal / 711.98 KJ			Energia: 174.84 Kcal / 730.83 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0.11 g	8.92 g	2.13 g	0.40 g	8.79 g	2.38 g	1.56 g	11.73 g	3.34 g	3.51 g	9.48 g	2.32 g	0.51 g	13.02 g	3.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
16.05 g	8.03 g	0.10 g	13.76 g	13.39 g	0.13 g	13.68 g	13.39 g	0.25 g	16.89 g	8.03 g	0.53 g	13.63 g	13.39 g	0.20 g		
1			1			1			1			1,4				
<b>Ebéd</b>	<b>5370 - 5372 (606/928)</b> Tej-, citrus-, olajosmag-, banán-, paradicsommentes, fruktózszegény 4-6 év	Zöldségleves Húsos spagetti Növényi sajt szóráttal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsó főzelék Fasírttal Diétás pékáru BL			Erőleves cérnametélttel Roston sült csirkemell Párolt rizszel Növényi alapú sajt mártással			Vegyes zöldségkrémleves Rakott karfiol bulgurral			Tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborkával		
		Energia: 433.49 Kcal / 1,811.99 KJ			Energia: 475.18 Kcal / 1,986.25 KJ			Energia: 676.58 Kcal / 2,828.10 KJ			Energia: 348.62 Kcal / 1,457.23 KJ			Energia: 380.55 Kcal / 1,590.70 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		15.16 g	20.72 g	4.57 g	21.93 g	20.62 g	2.83 g	23.47 g	30.26 g	5.00 g	15.08 g	19.42 g	4.97 g	15.25 g	22.39 g	6.03 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
46.55 g	0.00 g	1.29 g	51.04 g	6.29 g	2.75 g	76.60 g	5.16 g	5.14 g	29.52 g	0.01 g	2.82 g	28.64 g	0.01 g	2.93 g		
1,(3)			1,3			1,3,9			1,9			1,3,9,15,(12)				
<b>Uzsonna</b>	<b>5370 - 5372 (606/928)</b> Tej-, citrus-, olajosmag-, banán-, paradicsommentes, fruktózszegény 4-6 év	Kenőmájas allergénmentes Diétás pékáru BL Kígyóuborkával			Liga margarinos Diétás pékáru BL Sertés párizsival Salátalevéllal			Növényi szendvicskrémes Diétás pékáru BL Paprikával			Növényi szendvicskrémes Diétás pékáru BL			Növényi sajtos pogácsa- TündérManna		
		Energia: 72.42 Kcal / 302.72 KJ			Energia: 107.41 Kcal / 448.97 KJ			Energia: 53.41 Kcal / 223.25 KJ			Energia: 49.49 Kcal / 206.87 KJ			Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		2.89 g	5.44 g	2.17 g	2.48 g	10.65 g	3.28 g	0.49 g	4.86 g	4.20 g	0.25 g	4.80 g	4.20 g	0.70 g	17.10 g	9.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
2.91 g	2.20 g	0.24 g	0.30 g	0.00 g	0.56 g	2.05 g	0.00 g	0.32 g	1.45 g	0.00 g	0.32 g	34.20 g	1.50 g	1.40 g		
1			1			1			1							

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-csillagfürt             | 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

*Kelmeth Viktória*

Élelmezésvezető



45. heti étlap 2024.11.04.- 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Energia: 187.48 Kcal / 783.67 Kj			Energia: 136.03 Kcal / 568.61 Kj			Energia: 167.08 Kcal / 698.39 Kj			Energia: 168.91 Kcal / 706.04 Kj			Energia: 174.32 Kcal / 728.66 Kj		
<b>Tízórai</b> 5515 - 5517 5515 - Tej-, tojás-, szója-, olajosmag-, citrus-, paradicsommentes 4-6 év		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.09 g	8.28 g	2.06 g	0.31 g	8.77 g	2.38 g	1.47 g	11.71 g	3.34 g	0.24 g	8.92 g	2.13 g	0.42 g	13.00 g	3.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		27.50 g	22.09 g	0.10 g	13.76 g	13.39 g	0.13 g	13.68 g	13.39 g	0.25 g	20.96 g	11.64 g	0.11 g	13.63 g	13.39 g	0.20 g
		1			1			1			1,(12)			1,4		
<b>Ebéd</b> 5515 - 5517 5515 - Tej-, tojás-, szója-, olajosmag-, citrus-, paradicsommentes 4-6 év		Energia: 442.31 Kcal / 1,848.86 Kj			Energia: 400.71 Kcal / 1,674.97 Kj			Energia: 663.69 Kcal / 2,774.22 Kj			Energia: 368.77 Kcal / 1,541.46 Kj			Energia: 407.75 Kcal / 1,704.40 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.26 g	22.64 g	4.63 g	17.53 g	20.28 g	2.69 g	20.32 g	29.71 g	5.12 g	14.62 g	12.49 g	4.00 g	14.85 g	23.20 g	5.98 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
48.85 g	2.88 g	1.31 g	37.75 g	6.29 g	2.50 g	77.67 g	5.58 g	5.53 g	49.83 g	6.50 g	2.07 g	34.03 g	0.03 g	2.41 g		
		1,9			1,9			1,9,(10)			1			1,15,(12)		
<b>Uzsonna</b> 5515 - 5517 5515 - Tej-, tojás-, szója-, olajosmag-, citrus-, paradicsommentes 4-6 év		Energia: 72.42 Kcal / 302.72 Kj			Energia: 107.41 Kcal / 448.97 Kj			Energia: 53.41 Kcal / 223.25 Kj			Energia: 49.49 Kcal / 206.87 Kj			Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		2.89 g	5.44 g	2.17 g	2.48 g	10.65 g	3.28 g	0.49 g	4.86 g	4.20 g	0.25 g	4.80 g	4.20 g	0.70 g	17.10 g	9.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
2.91 g	2.20 g	0.24 g	0.30 g	0.00 g	0.56 g	2.05 g	0.00 g	0.32 g	1.45 g	0.00 g	0.32 g	34.20 g	1.50 g	1.40 g		
		1			1			1			1					

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-csillagfürt             | 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 Arrabona Zrt.  
 8024 Győr, Hunyadi u. 14.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 11130937-4-08  
 34.

*Németh Zoltán*

Élelmezésvezető

45. heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>5520 - 5522 (13550/13552)</b> Tej-, tojás-, csirke-, belsőség-, marha-, hal-, szója-, olajosmag-, puffasztó zöltségek- brokkoli-, borsó, kukorica-, paradicsom- és méz-, alma-, banán-, körte-,barack-, görögdinnye-, áfonya-, citrus-, szentjánoskenyérme- ntes 4-6 év	Karamellás rizstej Liga margarinos Diétás pékáru BL			Herba tea Zellerkrémes Diétás pékáru BL			Herba tea Sült húskrémes Diétás pékáru BL			Rizstej Liga margarinos Diétás pékáru BL Szilvalekvárral			Herba tea Tonhalkrémes Diétás pékáru BL		
		Energia: 187.48 Kcal / 783.67 KJ			Energia: 124.57 Kcal / 520.70 KJ			Energia: 167.08 Kcal / 698.39 KJ			Energia: 168.91 Kcal / 706.04 KJ			Energia: 174.32 Kcal / 728.66 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
		0.09 g	8.28 g	2.06 g	0.33 g	7.06 g	1.90 g	1.47 g	11.71 g	3.34 g	0.24 g	8.92 g	2.13 g	0.42 g	13.00 g	3.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27.50 g	22.09 g	0.10 g	14.59 g	13.39 g	0.24 g	13.68 g	13.39 g	0.25 g	20.96 g	13.64 g	0.11 g	13.63 g	13.39 g	0.20 g		
1			1,9			1			1,(12)			1,4				
<b>Ebéd</b>	<b>5520 - 5522 (13550/13552)</b> Tej-, tojás-, csirke-, belsőség-, marha-, hal-, szója-, olajosmag-, puffasztó zöltségek- brokkoli-, borsó, kukorica-, paradicsom- és méz-, alma-, banán-, körte-,barack-, görögdinnye-, áfonya-, citrus-, szentjánoskenyér fa- mag mentes	Zöldségleves Húsos spagetti Növényi sajt szóráttal			Magyaros burgonyaleves Cukkinifőzelék Fasírttal Diétás pékáru BL			Erőleves levesbetéttel Roston sült sertésszelet Párolt rizszel Növényi alapú sajt mártással			Szilvaleves Rakott sárgarépa bulgurral Szilva			Rántott leves Pírtott kenyérgockával Pusztapörkölt Csemege uborkával		
		Energia: 442.31 Kcal / 1,848.86 KJ			Energia: 279.15 Kcal / 1,166.85 KJ			Energia: 685.09 Kcal / 2,863.68 KJ			Energia: 452.61 Kcal / 1,891.91 KJ			Energia: 407.75 Kcal / 1,704.40 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
		10.26 g	22.64 g	4.63 g	12.08 g	15.01 g	2.49 g	18.37 g	33.18 g	6.40 g	15.27 g	16.61 g	4.53 g	14.85 g	23.20 g	5.98 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
48.85 g	2.88 g	1.31 g	23.58 g	0.50 g	1.94 g	76.96 g	5.46 g	5.54 g	60.54 g	11.02 g	2.80 g	34.03 g	0.03 g	2.41 g		
1			1,9			1,9			1,(12)			1,15,(12)				
<b>Uzsonna</b>	<b>5520 - 5522 (13550/13552)</b> Tej-, tojás-, csirke-, belsőség-, marha-, hal-, szója-, olajosmag-, puffasztó zöltségek- brokkoli-, borsó, kukorica-, paradicsom- és méz-, alma-, banán-, körte-,barack-, görögdinnye-, áfonya-, citrus-, szentjánoskenyér fa- mag mentes 4-6 év	Házi kolbászkrémesTM Diétás pékáru BL Kígyóuborkával			Liga margarinos Diétás pékáru BL Sertés párizsival Salátalevéllel			Növényi szendvicsszerűs Diétás pékáru BL Paprikával			Növényi szendvicsszerűs Diétás pékáru BL			Növényi sajtos pogácsa- TündérManna		
		Energia: 112.00 Kcal / 468.16 KJ			Energia: 107.41 Kcal / 448.97 KJ			Energia: 53.41 Kcal / 223.25 KJ			Energia: 49.49 Kcal / 206.87 KJ			Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 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
		1.14 g	11.57 g	3.31 g	2.48 g	10.65 g	3.28 g	0.49 g	4.86 g	4.20 g	0.25 g	4.80 g	4.20 g	0.70 g	17.10 g	9.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
0.72 g	2.20 g	0.28 g	0.30 g	0.00 g	0.56 g	2.05 g	0.00 g	0.32 g	1.45 g	0.00 g	0.32 g	34.20 g	1.50 g	1.40 g		
1			1			1			1							

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-csillagfürt             | 16-édesgyökér |
| 2-rák    | 5-földimogyoró | 8-diófélék         | 11-szszám            | 14-puhatestűek             |               |
| 3-tojás  | 6-szója        | 9-zeller           | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer |               |

**Jó étvágyat kívánunk!**

Eatrend Arrabona Zrt.  
 1024 Győr, Hunyadi u. 14.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 11130967-4-08

*Árpád J. József*

Élelmezésvetető

45. heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>5530 - 5532</b> <b>(13640/13642)</b> Tej-, tojás-, szója-, citrus-, olajosmag (mogyoró)- és rozsmentes 4-6 év	Karamellás rizstej Liga margarinós Diétás pékáru BL			Herba tea Brokkolikrémés Diétás pékáru BL			Herba tea Sült húskrémés Diétás pékáru BL			Rizstej Liga margarinós Diétás pékáru BL Szilvalekvárral			Herba tea Tonhalkrémés Diétás pékáru BL		
		Energia: 187.48 Kcal / 783.67 KJ			Energia: 136.03 Kcal / 568.61 KJ			Energia: 167.08 Kcal / 698.39 KJ			Energia: 168.91 Kcal / 706.04 KJ			Energia: 174.32 Kcal / 728.66 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.09 g	8.28 g	2.06 g	0.31 g	8.77 g	2.38 g	1.47 g	11.71 g	3.34 g	0.24 g	8.92 g	2.13 g	0.42 g	13.00 g	3.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27.50 g	22.09 g	0.10 g	13.76 g	13.39 g	0.13 g	13.68 g	13.39 g	0.25 g	20.96 g	11.64 g	0.11 g	13.63 g	13.39 g	0.20 g		
1			1			1			1,(12)			1,4				
<b>Ebéd</b>	<b>5530 - 5532</b> <b>(13640/13642)</b> Tej-, tojás-, szója-, citrus-, olajosmag (mogyoró)- és rozsmentes 4-6 év	Zöldségleves Bolognai spagetti Növényi sajt szórattal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsó főzelék Fasírttal Diétás pékáru BL			Erőleves levesbetéttel Roston sült csirkemell Párolt rizzzel Növényi alapú sajtmártással			Körtekrémleves Rakott karfiol bulgurral Alma			Rántott leves Pírtott kenyérgockával Pusztapörkölt Csemege uborkával		
		Energia: 467.68 Kcal / 1,954.90 KJ			Energia: 400.71 Kcal / 1,674.97 KJ			Energia: 663.69 Kcal / 2,774.22 KJ			Energia: 368.77 Kcal / 1,541.46 KJ			Energia: 407.75 Kcal / 1,704.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.01 g	22.62 g	4.75 g	17.53 g	20.28 g	2.69 g	20.32 g	29.71 g	5.12 g	14.62 g	12.49 g	4.00 g	14.85 g	23.20 g	5.98 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54.35 g	5.38 g	1.53 g	37.75 g	6.29 g	2.50 g	77.67 g	5.58 g	5.53 g	49.83 g	6.50 g	2.07 g	34.03 g	0.03 g	2.41 g		
1			1,9			1,9,(10)			1			1,15,(12)				
<b>Uzsonna</b>	<b>5530 - 5532</b> <b>(13640/13642)</b> Tej-, tojás-, szója-, citrus-, olajosmag (mogyoró)- és rozsmentes 4-6 év	Kenőmájás allergénmentes Diétás pékáru BL Kígyóuborkával			Liga margarinós Diétás pékáru BL Sertés párizsival Salátalevéllal			Növényi szendvicskrémés Diétás pékáru BL Paprikával			Növényi szendvicskrémés Diétás pékáru BL			Növényi sajtos pogácsa- TündérManna		
		Energia: 72.42 Kcal / 302.72 KJ			Energia: 107.41 Kcal / 448.97 KJ			Energia: 53.41 Kcal / 223.25 KJ			Energia: 49.49 Kcal / 206.87 KJ			Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		2.89 g	5.44 g	2.17 g	2.48 g	10.65 g	3.28 g	0.49 g	4.86 g	4.20 g	0.25 g	4.80 g	4.20 g	0.70 g	17.10 g	9.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
2.91 g	2.20 g	0.24 g	0.30 g	0.00 g	0.56 g	2.05 g	0.00 g	0.32 g	1.45 g	0.00 g	0.32 g	34.20 g	1.50 g	1.40 g		
1			1			1			1							

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-csillagfürt             | 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

*Kélmeth Zoltán*

Élelmezésvezető

45. heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>5535 - 5537</b> Tej-, tojás-, szója-, narancs-, kókuszmentes 4-6 év	Karamellás rizstej Liga margarinos Diétás pékáru BL			Herba tea Brokkolikrémes Diétás pékáru BL			Herba tea Sült húskrémes Diétás pékáru BL			Rizstej Liga margarinos Diétás pékáru BL Szilvalekvárral			Herba tea Tonhalkrémes Diétás pékáru BL		
		Energia: 187.48 Kcal / 783.67 KJ			Energia: 136.03 Kcal / 568.61 KJ			Energia: 167.08 Kcal / 698.39 KJ			Energia: 168.91 Kcal / 706.04 KJ			Energia: 174.32 Kcal / 728.66 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.09 g	8.28 g	2.06 g	0.31 g	8.77 g	2.38 g	1.47 g	11.71 g	3.34 g	0.24 g	8.92 g	2.13 g	0.42 g	13.00 g	3.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		27.50 g	22.09 g	0.10 g	13.76 g	13.39 g	0.13 g	13.68 g	13.39 g	0.25 g	20.96 g	11.64 g	0.11 g	13.63 g	13.39 g	0.20 g
1			1			1			1,(12)			1,4				
<b>Ebéd</b>	<b>5535 - 5537</b> Tej-, tojás-, szója-, narancs-, kókuszmentes 4-6 év	Zöldségleves Bolognai spagetti			Magyaros burgonyaleves Zöldborsó főzelék Fasírttal Diétás pékáru BL			Erőleves levesbetéttel Roston sült csirkemell Párolt rizszel Kapormártással			Körtekrémleves Rakott karfiol bulgurral Alma			Rántott leves Pírtott kenyérbarkával Pusztapörkölt Csemege uborkával		
		Energia: 463.40 Kcal / 1,937.01 KJ			Energia: 400.71 Kcal / 1,674.97 KJ			Energia: 530.60 Kcal / 2,217.91 KJ			Energia: 368.77 Kcal / 1,541.46 KJ			Energia: 407.75 Kcal / 1,704.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.01 g	22.27 g	4.75 g	17.53 g	20.28 g	2.69 g	18.91 g	20.84 g	2.30 g	14.62 g	12.49 g	4.00 g	14.85 g	23.20 g	5.98 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		54.05 g	5.38 g	1.53 g	37.75 g	6.29 g	2.50 g	66.48 g	6.87 g	5.38 g	49.83 g	6.50 g	2.07 g	34.03 g	0.03 g	2.41 g
1			1,9			9,(1),(10)			1			1,15,(12)				
<b>Uzsonna</b>	<b>5535 - 5537</b> Tej-, tojás-, szója-, narancs-, kókuszmentes 4-6 év	Kenőmájás allergénmentes Diétás pékáru BL Kígyóuborkával			Liga margarinos Diétás pékáru BL Sertés párizsival Salátalevéllel			Liga margarinos Diétás pékáru BL Álom sonkával Paprikával			Liga margarinos Diétás pékáru BL Csirkemellsonkával			Sós percc-TündérManna		
		Energia: 72.42 Kcal / 302.72 KJ			Energia: 107.41 Kcal / 448.97 KJ			Energia: 90.27 Kcal / 377.33 KJ			Energia: 86.35 Kcal / 360.94 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		2.89 g	5.44 g	2.17 g	2.48 g	10.65 g	3.28 g	3.69 g	7.62 g	2.09 g	3.45 g	7.56 g	2.09 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		2.91 g	2.20 g	0.24 g	0.30 g	0.00 g	0.56 g	1.63 g	0.00 g	0.53 g	1.03 g	0.00 g	0.53 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g
1			1			1			1							

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-csillagfűt              | 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. 14.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 11130967-4-08

.....  
 34.  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....

Élelmezésvezető

45. heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>5540 - 5542 (464/467)</b> Tej-, tojás-, szója-, olajosmag-, citrus-, borsó-, uborka-, banán-, repcé-, margarinmentes és hisztaminszegény 4-6 év	Rizstej Növényi szendvicskrémes Diétás pékáru BL			Herba tea Brokkolikrémes Diétás pékáru BL			Herba tea Sült húskrémes Diétás pékáru BL			Rizstej Növényi szendvicskrémes Diétás pékáru BL Szilvalekvárral			Herba tea Tonhalkrémes Diétás pékáru BL		
		Energia: 133.47 Kcal / 557.90 KJ			Energia: 87.11 Kcal / 364.12 KJ			Energia: 167.08 Kcal / 698.39 KJ			Energia: 154.16 Kcal / 644.39 KJ			Energia: 174.32 Kcal / 728.66 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0.31 g	6.72 g	4.43 g	0.42 g	3.02 g	2.63 g	1.47 g	11.71 g	3.34 g	0.44 g	6.72 g	4.43 g	0.42 g	13.00 g	3.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		17.31 g	8.03 g	0.32 g	14.52 g	13.39 g	0.20 g	13.68 g	13.39 g	0.25 g	22.22 g	11.64 g	0.33 g	13.63 g	13.39 g	0.20 g
1			1			1			1,(12)			1,4				
<b>Ebéd</b>	<b>5540 - 5542 (464/467)</b> Tej-, tojás-, szója-, olajosmag-, citrus-, borsó-, uborka-, banán-, repcé-, margarinmentes és hisztaminszegény 4-6 év	Zöldségleves Húsos spagetti Növényi sajt szóráttal			Magyaros burgonyaleves Cukkinifőzelék Fasírttal Diétás pékáru BL			Erőleves levesbetéttel Roston sült csirkemell Párolt rizszel Növényi alapú sajtmártással			Körtekrémleves Rakott karfiol bulgurral Alma			Rántott leves Pirított kenyérkockával Pusztapörkölt Céklasalátával		
		Energia: 467.96 Kcal / 1,956.07 KJ			Energia: 279.26 Kcal / 1,167.31 KJ			Energia: 663.69 Kcal / 2,774.22 KJ			Energia: 368.77 Kcal / 1,541.46 KJ			Energia: 414.74 Kcal / 1,733.61 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11.95 g	24.85 g	5.56 g	12.07 g	15.10 g	2.55 g	20.32 g	29.71 g	5.12 g	14.62 g	12.49 g	4.00 g	15.13 g	23.20 g	5.98 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		48.47 g	2.88 g	1.33 g	23.42 g	0.50 g	1.92 g	77.67 g	5.58 g	5.53 g	49.83 g	6.50 g	2.07 g	35.35 g	0.03 g	1.94 g
1			1,9			1,9,(10)			1			1				
<b>Uzsonna</b>	<b>5540 - 5542 (464/467)</b> Tej-, tojás-, szója-, olajosmag-, citrus-, borsó-, uborka-, banán-, repcé-, margarinmentes és hisztaminszegény 4-6 év	Kenőmájás allergénmentes Diétás pékáru BL Salátalevéllal			Növényi szendvicskrémes Diétás pékáru BL Sertés párizsival Salátalevéllal			Növényi szendvicskrémes Diétás pékáru BL Salátalevéllal			Növényi szendvicskrémes Diétás pékáru BL			Sós pereg-TündérManna		
		Energia: 70.59 Kcal / 295.07 KJ			Energia: 92.66 Kcal / 387.32 KJ			Energia: 50.01 Kcal / 209.04 KJ			Energia: 49.49 Kcal / 206.87 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		2.74 g	5.43 g	2.02 g	2.68 g	8.45 g	5.58 g	0.30 g	4.81 g	4.20 g	0.25 g	4.80 g	4.20 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		2.64 g	0.00 g	0.23 g	1.56 g	0.00 g	0.78 g	1.52 g	0.00 g	0.32 g	1.45 g	0.00 g	0.32 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g
1			1			1			1							

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

*Németh Viktória*

Élelmezésvezető

45. heti étlap 2024.11.04.- 2024.11.08.

eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	5570 - 5572 (370/372) Tej-, tojás- és rozsmentes 4-6 év	Karamellás rizstej Liga margarinos Diétás pékáru BL			Herba tea Brokkolikrémes Diétás pékáru BL			Herba tea Sült húskrémes Diétás pékáru BL			Rizstej Liga margarinos Diétás pékáru BL Szilvalekvárral			Herba tea Tonhalkrémes Diétás pékáru BL		
		Energia: 187.48 Kcal / 783.67 KJ			Energia: 136.03 Kcal / 568.61 KJ			Energia: 167.08 Kcal / 698.39 KJ			Energia: 168.91 Kcal / 706.04 KJ			Energia: 174.32 Kcal / 728.66 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.09 g	8.28 g	2.06 g	0.31 g	8.77 g	2.38 g	1.47 g	11.71 g	3.34 g	0.24 g	8.92 g	2.13 g	0.42 g	13.00 g	3.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27.50 g	22.09 g	0.10 g	13.76 g	13.39 g	0.13 g	13.68 g	13.39 g	0.25 g	20.96 g	11.64 g	0.11 g	13.63 g	13.39 g	0.20 g		
1			1			1			1,(12)			1,4				
Ebéd	5570 - 5572 (370/372) Tej-, tojás- és rozsmentes 4-6 év	Zöldségleves Bolognai spagetti Növényi sajt szorattal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsó főzelék Fasírttal Diétás pékáru BL			Erőleves levesbetéttel Roston sült csirkemell Párolt rizszel Növényi alapú sajtmártással			Körtekrémleves Rakott karfiol bulgurra Mandarin			Rántott leves Pírtott kenyérbarkával Pusztapörkölt Csemege uborkával		
		Energia: 467.68 Kcal / 1,954.90 KJ			Energia: 400.71 Kcal / 1,674.97 KJ			Energia: 663.69 Kcal / 2,774.22 KJ			Energia: 363.48 Kcal / 1,519.35 KJ			Energia: 407.75 Kcal / 1,704.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.01 g	22.62 g	4.75 g	17.53 g	20.28 g	2.69 g	20.32 g	29.71 g	5.12 g	14.72 g	12.19 g	4.00 g	14.85 g	23.20 g	5.98 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54.35 g	5.38 g	1.53 g	37.75 g	6.29 g	2.50 g	77.67 g	5.58 g	5.53 g	49.13 g	6.50 g	2.05 g	34.03 g	0.03 g	2.41 g		
1			1,9			1,9,(10)			1			1,15,(12)				
Uzsonna	5570 - 5572 (370/372) Tej-, tojás- és rozsmentes 4-6 év	Kenőmájás allergénmentes Diétás pékáru BL Kígyóbarkával			Liga margarinos Diétás pékáru BL Sertés párizsival Salátalevéllal			Növényi szendvicskrémes Diétás pékáru BL Paprikával			Növényi szendvicskrémes Diétás pékáru BL			Növényi sajtos pogácsa- TündérManna		
		Energia: 72.42 Kcal / 302.72 KJ			Energia: 107.41 Kcal / 448.97 KJ			Energia: 53.41 Kcal / 223.25 KJ			Energia: 49.49 Kcal / 206.87 KJ			Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		2.89 g	5.44 g	2.17 g	2.48 g	10.65 g	3.28 g	0.49 g	4.86 g	4.20 g	0.25 g	4.80 g	4.20 g	0.70 g	17.10 g	9.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
2.91 g	2.20 g	0.24 g	0.30 g	0.00 g	0.56 g	2.05 g	0.00 g	0.32 g	1.45 g	0.00 g	0.32 g	34.20 g	1.50 g	1.40 g		
1			1			1			1			1				

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-csillagfürt  
14-puhatestűek  
15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér


**Jó étvágyat kívánunk!**

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

*Németh Zoltán*

Élelmezésvezető

45. heti étlap 2024.11.04.- 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <p><b>Tízórai</b></p>	<p>5610 - 5612 (178+710) Tej-, tojás-, szója-, rozs-, olajosmag-, banán-, alma-, dinnye-, kukorica-, hüvelyes-, zeller-, fokhagyma-, hagyma-, pálmazsír-, marhamentes és hisztaminszegény (paradicsom, citrus, mustár, aprómag, őszibarack, kiwi, eper) 4-6 év</p>	Karamellás rizstej Liga margarinós Diétás pékáru BL			Herba tea Brokkolikrémes Diétás pékáru BL			Herba tea Sült húskrémes Diétás pékáru BL			Rizstej Liga margarinós Diétás pékáru BL Szilvalekvárral			Herba tea Tonhalkrémes Diétás pékáru BL		
	Energia: 187.48 Kcal / 783.67 KJ			Energia: 136.03 Kcal / 568.61 KJ			Energia: 167.08 Kcal / 698.39 KJ			Energia: 168.91 Kcal / 706.04 KJ			Energia: 174.32 Kcal / 728.66 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	0.09 g	8.28 g	2.06 g	0.31 g	8.77 g	2.38 g	1.47 g	11.71 g	3.34 g	0.24 g	8.92 g	2.13 g	0.42 g	13.00 g	3.53 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
27.50 g	22.09 g	0.10 g	13.76 g	13.39 g	0.13 g	13.68 g	13.39 g	0.25 g	20.96 g	11.64 g	0.11 g	13.63 g	13.39 g	0.20 g		
1			1			1			1,(12)			1,4				
<p><b>Ebéd</b></p>	<p>5610 - 5612 (178+710) Tej-, tojás-, szója-, rozs-, olajosmag-, banán-, alma-, dinnye-, kukorica-, hüvelyes-, zeller-, fokhagyma-, hagyma-, pálmazsír-, marhamentes és hisztaminszegény (paradicsom, citrus, mustár, aprómag, őszibarack, kiwi, eper) 4-6 év</p>	Zöldségleves Húsos spagetti Növényi sajt szóráttal			Magyaros burgonyaleves Cukkini-főzelék Fasírttal Diétás pékáru BL			Erőleves levesbetéttel Éden Roston sült csirkemell Párolt rizszel Növényi alapú sajt mártással			Körtékremleves Rakott karfiol bulgurral Körte			Rántott leves Pírtott kenyérgöckével Pusztapörkölt Csemege uborkával		
	Energia: 285.21 Kcal / 1,192.18 KJ			Energia: 276.52 Kcal / 1,155.85 KJ			Energia: 663.22 Kcal / 2,772.26 KJ			Energia: 396.08 Kcal / 1,655.61 KJ			Energia: 407.75 Kcal / 1,704.40 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	10.19 g	23.84 g	5.46 g	11.95 g	14.98 g	2.49 g	22.88 g	30.76 g	4.80 g	14.62 g	12.34 g	4.00 g	14.85 g	23.20 g	5.98 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
7.63 g	0.06 g	1.26 g	23.15 g	0.50 g	1.93 g	73.05 g	5.18 g	4.70 g	57.33 g	6.50 g	2.06 g	34.03 g	0.03 g	2.41 g		
1			1			1			1			1,15,(12)				
<p><b>Uzsonna</b></p>	<p>5610 - 5612 (178+710) Tej-, tojás-, szója-, rozs-, olajosmag-, banán-, alma-, dinnye-, kukorica-, hüvelyes-, zeller-, fokhagyma-, hagyma-, pálmazsír-, marhamentes és hisztaminszegény (paradicsom, citrus, mustár, aprómag, őszibarack, kiwi, eper) 4-6 év</p>	Kenőmájás allergénmentes Diétás pékáru BL Kígyóuborkával			Liga margarinós Diétás pékáru BL Sertés párizsival Salátalevéllal			Növényi szendvicskrémes Diétás pékáru BL Paprikával			Növényi szendvicskrémes Diétás pékáru BL			Sós pereg-TündérManna		
	Energia: 72.42 Kcal / 302.72 KJ			Energia: 107.41 Kcal / 448.97 KJ			Energia: 53.41 Kcal / 223.25 KJ			Energia: 49.49 Kcal / 206.87 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	2.89 g	5.44 g	2.17 g	2.48 g	10.65 g	3.28 g	0.49 g	4.86 g	4.20 g	0.25 g	4.80 g	4.20 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
2.91 g	2.20 g	0.24 g	0.30 g	0.00 g	0.56 g	2.05 g	0.00 g	0.32 g	1.45 g	0.00 g	0.32 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g		
1			1			1			1							

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            |
| 2-rák    | 5-földimogyoró | 8-diófélék         | 11-szezám            |
| 3-tojás  | 6-szója        | 9-zeller           | 12-kéndioxid-szulfid |

- |                            |               |
|----------------------------|---------------|
| 13-csillagfűrt             | 16-édesgyökér |
| 14-puhatestűek             |               |
| 15-mesterséges édesítőszer |               |

**Jó étvágyat kívánunk!**

Eatrend Arrabona Zrt.  
1024 Győr, Hunyadi u. 14.  
Csoportos adószám: 1783408-5-13  
Adószám: 11130967-4-08  
34  
*Németh Zoltán*  
Élelmészvezető



45. heti étlap 2024.11.04.- 2024.11.08.

eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	5615 - 5617 Tej-,tojás-,zeller-,pálmazsír-,kókusz-,olajosmag-,paradicsom-,citrus-,banán-,marha-,szója-,hüvelyes-,szentjánoskenyérma gmentes 4-6 év	Karamellás rizstej Flora margarinós Diétás pékáru BL			Herba tea Brokkolikrémes Diétás pékáru BL			Herba tea Sült húskrémes Diétás pékáru BL			Rizstej Flora margarinós Diétás pékáru BL Szilvalekvárral			Herba tea Tonhalkrémes Diétás pékáru BL		
		Energia: 156.38 Kcal / 653.67 KJ			Energia: 136.03 Kcal / 568.61 KJ			Energia: 167.08 Kcal / 698.39 KJ			Energia: 137.81 Kcal / 576.05 KJ			Energia: 174.32 Kcal / 728.66 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.23 g	4.78 g	1.11 g	0.31 g	8.77 g	2.38 g	1.47 g	11.71 g	3.34 g	0.38 g	5.42 g	1.18 g	0.42 g	13.00 g	3.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27.50 g	22.09 g	0.10 g	13.76 g	13.39 g	0.13 g	13.68 g	13.39 g	0.25 g	20.96 g	11.64 g	0.11 g	13.63 g	13.39 g	0.20 g		
1			1			1			1,(12)			1,4				
Ebéd	5615 - 5617 Tej-,tojás-,zeller-,pálmazsír-,kókusz-,olajosmag-,paradicsom-,citrus-,banán-,marha-,szója-,hüvelyes-,szentjánoskenyérma gmentes 4-6 év	Zöldségleves Húsos spagetti			Magyaros burgonyaleves Cukkinifőzelék Fasírttal Diétás pékáru BL			Erőleves levesbetéttel Roston sült csirkemell Párolt rizzzsel Kapormártással			Körtekrémleves Rakott karfiol bulgurral Alma			Rántott leves Pirított kenyérkockával Pusztapörkölt Csemege uborkával		
		Energia: 438.03 Kcal / 1,830.97 KJ			Energia: 276.63 Kcal / 1,156.31 KJ			Energia: 538.91 Kcal / 2,252.64 KJ			Energia: 368.77 Kcal / 1,541.46 KJ			Energia: 407.75 Kcal / 1,704.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.26 g	22.29 g	4.63 g	11.94 g	15.07 g	2.55 g	19.29 g	21.63 g	2.15 g	14.62 g	12.49 g	4.00 g	14.85 g	23.20 g	5.98 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
48.55 g	2.88 g	1.31 g	22.99 g	0.50 g	1.91 g	66.72 g	6.88 g	4.98 g	49.83 g	6.50 g	2.07 g	34.03 g	0.03 g	2.41 g		
1			1			(10)			1			1,15,(12)				
Uzsonna	5615 - 5617 Tej-,tojás-,zeller-,pálmazsír-,kókusz-,olajosmag-,paradicsom-,citrus-,banán-,marha-,szója-,hüvelyes-,szentjánoskenyérma gmentes 4-6 év	Kenőmájás allergénmentes Diétás pékáru BL Kígyóborkával			Flora margarinós Diétás pékáru BL Sertés párizsival Salátalevéllal			Flora margarinós Diétás pékáru BL Álom sonkával Paprikával			Flora margarinós Diétás pékáru BL Csirkemellsonkával			Sós pereg-TündérManna		
		Energia: 72.42 Kcal / 302.72 KJ			Energia: 76.31 Kcal / 318.98 KJ			Energia: 59.17 Kcal / 247.33 KJ			Energia: 55.25 Kcal / 230.95 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		2.89 g	5.44 g	2.17 g	2.62 g	7.15 g	2.33 g	3.83 g	4.12 g	1.14 g	3.59 g	4.06 g	1.14 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
2.91 g	2.20 g	0.24 g	0.30 g	0.00 g	0.56 g	1.63 g	0.00 g	0.53 g	1.03 g	0.00 g	0.53 g	0.00 g	0.00 g	0.00 g		
1			1			1			1							

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.  
Céppontos adószám: 17783408-9-13  
Adószám: 13130967-4-08

*[Handwritten signature]*

Élelmezésvezető

45. heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Tízórai</b>	<b>5900 - 5902 (319/320) Gluténmentes 4-6 év</b>	Karamellás tej Liga margarinós Gluténmentes pékáru			Herba tea Brokkolikrémés Gluténmentes pékáru			Herba tea Sült húskrémés Gluténmentes pékáru			Tej Liga margarinós Gluténmentes pékáru Szilvalekvárral			Herba tea Tonhalkrémés Gluténmentes pékáru		
		Energia: 374.35 Kcal / 1,564.78 KJ			Energia: 281.34 Kcal / 1,176.00 KJ			Energia: 312.39 Kcal / 1,305.79 KJ			Energia: 327.79 Kcal / 1,370.16 KJ			Energia: 319.63 Kcal / 1,336.05 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.49 g	11.02 g	3.73 g	3.92 g	9.77 g	2.58 g	5.08 g	12.71 g	3.54 g	10.62 g	11.02 g	3.73 g	4.03 g	14.00 g	3.73 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		54.93 g	17.14 g	0.72 g	41.11 g	13.79 g	0.48 g	41.03 g	13.79 g	0.60 g	43.10 g	4.01 g	0.73 g	40.98 g	13.79 g	0.55 g
7									7,(12)			4				
<b>Ebéd</b>	<b>5900 - 5902 (319/320) Gluténmentes 4-6 év</b>	Zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsó főzelék Fasírttal GM pékáru			Erőleves levesbetéttel Roston sült csirkemell Párolt rizzsel Sajtmártással			Körtekrémleves Rakott karfiol csirkecomb filéből rizzsel Mandarin			Tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborkával		
		Energia: 545.72 Kcal / 2,281.11 KJ			Energia: 503.66 Kcal / 2,105.30 KJ			Energia: 756.84 Kcal / 3,163.59 KJ			Energia: 328.58 Kcal / 1,373.46 KJ			Energia: 372.70 Kcal / 1,557.89 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		16.50 g	28.77 g	7.87 g	17.62 g	20.18 g	2.77 g	30.33 g	37.05 g	9.29 g	14.85 g	11.19 g	2.49 g	14.63 g	21.92 g	5.90 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		54.42 g	5.38 g	1.86 g	63.13 g	7.80 g	2.52 g	75.17 g	0.32 g	3.74 g	41.07 g	0.30 g	2.07 g	28.35 g	0.00 g	2.92 g
7			9			7,9			15			3,15,(12)				
<b>Uzsonna</b>	<b>5900 - 5902 (319/320) Gluténmentes 4-6 év</b>	Kenőmájás allergénmentes Gluténmentes pékáru Kígyóuborkával			Liga margarinós Gluténmentes pékáru Sertés párizsival Salátalevéllel			Magyaros vajkrémés Gluténmentes pékáru Paprika			Kockasajt Gluténmentes pékáru			Növényi sajtos pogácsa- TündérManna		
		Energia: 217.73 Kcal / 910.11 KJ			Energia: 252.72 Kcal / 1,056.37 KJ			Energia: 225.88 Kcal / 944.18 KJ			Energia: 221.31 Kcal / 925.08 KJ			Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.50 g	6.44 g	2.37 g	6.09 g	11.65 g	3.48 g	4.38 g	9.06 g	4.07 g	7.82 g	7.25 g	3.92 g	0.70 g	17.10 g	9.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		30.26 g	2.60 g	0.59 g	27.65 g	0.40 g	0.91 g	28.50 g	0.40 g	0.36 g	28.00 g	0.40 g	1.05 g	34.20 g	1.50 g	1.40 g
						7			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-csillagfürt             | 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 Arrabona Zrt.**  
8024 Győr, Hényadi u. 14.  
Céportos adószám: 17783408-5-13  
Adószám: 11130967-4-08  
34.

*Németh Viktória*

**Élelmészvezető**

45. heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>6310 (565)</b> <b>Diabetikus (15-10-40-15 gr CH) TT-E-U</b> <b>4-6 év</b>	Herba tea édesítőszerrel Liga margarinós Diétás pékáru BL DIAB Alma			Herba tea édesítőszerrel Brokkolikrémés Diétás pékáru BL DIAB Alma			Herba tea édesítőszerrel Sült húskrémés Diétás pékáru BL DIAB Alma			Herba tea édesítőszerrel Liga margarinós Diétás pékáru BL DIAB Diabetikus szilvalekvárral Alma			Herba tea édesítőszerrel Tonhalkrémés Diétás pékáru BL DIAB Alma		
		Energia: 257.60 Kcal / 1,076.77 KJ			Energia: 292.89 Kcal / 1,224.28 KJ			Energia: 354.98 Kcal / 1,483.82 KJ			Energia: 260.18 Kcal / 1,087.55 KJ			Energia: 369.46 Kcal / 1,544.34 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		3.60 g	14.99 g	3.82 g	4.11 g	18.52 g	4.77 g	6.44 g	24.41 g	6.70 g	3.00 g	14.90 g	3.82 g	4.34 g	26.98 g	7.08 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
25.66 g	0.04 g	0.26 g	26.00 g	0.04 g	0.31 g	25.84 g	0.04 g	0.56 g	26.94 g	0.04 g	0.28 g	25.73 g	0.04 g	0.46 g		
1,15			1,15			1,15			1,15			1,4,15				
<b>Ebéd</b>	<b>6310 (565)</b> <b>Diabetikus (15-10-40-15 gr CH) TT-E-U</b> <b>4-6 év</b>	Zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsó főzelék Fasírttal Diétás pékáru BL			Erőleves cérnametélttel Roston sült csirkemell Párolt barna rizsszel Sajtmártással			Körtekrémleves Rakott karfiol bulgurral Mandarin			Tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborkával		
		Energia: 716.43 Kcal / 2,994.68 KJ			Energia: 339.02 Kcal / 1,417.10 KJ			Energia: 563.51 Kcal / 2,355.47 KJ			Energia: 338.35 Kcal / 1,414.30 KJ			Energia: 567.11 Kcal / 2,370.52 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		32.44 g	47.95 g	14.86 g	16.94 g	12.01 g	1.93 g	33.04 g	28.44 g	5.74 g	12.60 g	14.98 g	4.33 g	22.70 g	33.34 g	8.78 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
38.75 g	0.00 g	3.88 g	40.29 g	0.31 g	2.81 g	43.49 g	0.23 g	5.50 g	38.24 g	0.00 g	3.54 g	42.81 g	0.01 g	5.78 g		
1,7,15,(3)			1,3,9,15			1,3,7,9,(10)			1,7,15			1,3,9,15,(12)				
<b>Uzsonna</b>	<b>6310 (565)</b> <b>Diabetikus (15-10-40-15 gr CH) TT-E-U</b> <b>4-6 év</b>	Kenőmájás Diétás pékáru BL DIAB Kígyóuborkával			Liga margarinós Diétás pékáru BL DIAB Sertés párizsival Salátalevéllel			Magyaros vajkrémés Diétás pékáru BL DIAB Paprikával			Kockasajt Diétás pékáru BL DIAB			Növényi sajtos pogácsa- TündérManna		
		Energia: 195.53 Kcal / 817.32 KJ			Energia: 289.15 Kcal / 1,208.65 KJ			Energia: 235.50 Kcal / 984.39 KJ			Energia: 226.36 Kcal / 946.18 KJ			Energia: 133.71 Kcal / 558.91 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7.76 g	11.14 g	4.36 g	7.85 g	21.69 g	6.57 g	4.44 g	16.51 g	7.75 g	11.32 g	12.89 g	7.46 g	0.32 g	7.70 g	4.19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
15.83 g	4.40 g	0.49 g	15.29 g	0.00 g	1.15 g	17.00 g	0.00 g	0.05 g	16.00 g	0.00 g	1.44 g	15.39 g	0.68 g	0.63 g		
1,(6),(7),(10)			1			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-csilagfűrt              | 16-édesgyökér |
| 2-rák    | 5-földimogyoró | 8-diófélék         | 11-szezám            | 14-puhatestűek             |               |
| 3-tojás  | 6-szója        | 9-zeller           | 12-kéndioxid-szulfít | 15-mesterséges édesítőszer |               |

**Jó étvágyat kívánunk!**

Eatrend Arrabona Zrt.  
 9024 Győr, Hunyadi u. 1.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 11130967-4-08

*[Handwritten signature]*

**Élelmészvezető**