


Heti étlap 2024.06.17. - 2024.06.21.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 <p>Reggeli</p>	<p>Győr Középiskolás (15-18)</p>	<p>Tej Kaláccsal Margarinos Félbarna kenyér Májusi csemegével Paprikával</p>	<p>Erdei gyümölcsös tea Margarinos Félbarna kenyér Paprikás szalámmal Paradicsommal Zöldfűszeres kockasajt Kiflivel</p>	<p>Karamellás tej Kiflivel Margarinos Korpás kenyér Toast felvágottal Uborkával</p>	<p>Tej Majonézes tonhalkrém Korpás zsemle Uborkával Margarinos Félbarna kenyér Sertés párizsival</p>	<p>Narancsos limonádé Margarinos Korpás kenyér Fokhagymás felvágottal Paprikával Múzi szelet</p>										
		Energia: 1,029.34 Kcal / 4,302.64 Kj		Energia: 795.47 Kcal / 3,325.06 Kj		Energia: 824.61 Kcal / 3,446.87 Kj		Energia: 1,053.45 Kcal / 4,403.42 Kj		Energia: 566.57 Kcal / 2,368.26 Kj						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		38.91 g	27.51 g	11.60 g	30.07 g	19.33 g	7.94 g	35.04 g	12.66 g	5.71 g	36.25 g	40.90 g	13.44 g	16.04 g	18.90 g	7.48 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
155.69 g	8.39 g	2.44 g	124.43 g	12.00 g	2.13 g	142.04 g	29.38 g	3.20 g	134.18 g	4.40 g	2.46 g	82.63 g	13.13 g	3.23 g		
1,3,7		1,7		1,7		1,3,4,7,10		1,(5),(6),(7),(8),(11),(12)								
<p>Ebéd</p>	<p>Győr Középiskolás (15-18)</p>	<p>Zöldségleves vajgaluskával Eszterházy sertésragu Párolt rizsszel</p>	<p>Tejfölös burgonyaleves Lencsefőzelék Félbarna kenyérral Vagdalttal</p>	<p>Pirított tésztaleves Sóskamártás Főtt tojással Főtt burgonyával</p>	<p>Citromos almaleves Rántott sajt Kukoricás rizsszel Görögdinnye</p>	<p>Minestrone leves Bolognai spagetti Reszelt sajt szórattal</p>										
		Energia: 894.87 Kcal / 3,740.56 Kj		Energia: 1,113.08 Kcal / 4,652.67 Kj		Energia: 640.80 Kcal / 2,678.54 Kj		Energia: 1,273.95 Kcal / 5,325.11 Kj		Energia: 986.04 Kcal / 4,121.65 Kj						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		28.65 g	43.15 g	12.55 g	44.84 g	48.93 g	13.15 g	25.78 g	22.84 g	6.10 g	44.34 g	48.41 g	19.04 g	41.73 g	48.13 g	16.22 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
96.78 g	10.01 g	5.50 g	122.34 g	6.04 g	3.81 g	80.16 g	8.01 g	7.09 g	169.80 g	22.98 g	4.76 g	95.56 g	5.07 g	4.23 g		
1,3,7,9,10,(12)		1,3,7,9,10,(12)		1,3,7,9		1,3,7		1,3,7,9,(6),(12)								
<p>Vacsora</p>	<p>Győr Középiskolás (15-18)</p>	<p>Gyümölcsös tea Margarinos Kifli Ízes sonkával Uborkával</p>	<p>Gyümölcsös tea Sertéspörkölt Tarhonya körettel Alma</p>	<p>Gyümölcsös tea Gyros tál</p>	<p>Gyümölcsös tea Sajtos-sonkás rakott tészta</p>	<p>Gyümölcsös tea Margarinos Zsemle Diákcsemegével Jégcsapretekkel</p>										
		Energia: 402.11 Kcal / 1,680.82 Kj		Energia: 869.03 Kcal / 3,632.55 Kj		Energia: 899.77 Kcal / 3,761.04 Kj		Energia: 946.17 Kcal / 3,954.99 Kj		Energia: 453.08 Kcal / 1,893.87 Kj						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.09 g	7.47 g	3.27 g	36.95 g	32.56 g	5.81 g	43.09 g	25.63 g	7.61 g	42.11 g	38.73 g	11.03 g	13.01 g	9.81 g	3.88 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
66.44 g	24.39 g	1.40 g	105.31 g	19.99 g	2.90 g	122.21 g	20.23 g	3.82 g	109.07 g	19.99 g	4.53 g	78.11 g	26.23 g	0.89 g		
1,(7)		1,3		7,9,(1),(10)		1,3,7		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-szulfit	15-mesterséges élesztő	

Quadro Byte Zrt 1/1
Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető
2024.06.12. 14:22:47 | QB - Élelem