


		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek																														
 Tízórai	Iskola 7-14 éves	Kakaó Molnárika			Gyümölcsle Turista felvágott Margarin Félbarna kenyér Paradicsom			Tej Varázs szívószál Vaj Kifli			Barackos tea Petrezselymes tojáskrémm Salátalevél Korpás kenyér			Narancslé Rozmaringos kenőmájás Rozskenyér Paprika																														
		Energia: 831.41 Kcal / 3,475.29 KJ			Energia: 368.19 Kcal / 1,539.03 KJ			Energia: 269.88 Kcal / 1,128.10 KJ			Energia: 272.59 Kcal / 1,139.43 KJ			Energia: 367.33 Kcal / 1,535.44 KJ																														
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																												
		40.59 g	9.99 g	4.76 g	11.28 g	10.22 g	3.63 g	11.30 g	10.54 g	5.27 g	6.12 g	7.86 g	3.27 g	10.96 g	9.33 g	7.56 g																												
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só																													
143.79 g			63.40 g			1.77 g			58.07 g			0.00 g			2.21 g			38.65 g			5.02 g			0.76 g			43.93 g			15.99 g			0.85 g			59.99 g			0.00 g			1.04 g		
1,3,7			1,(7)			1,6,7			1,3,7,10,(12)			1,(6),(7),(10)																																
Ebéd	Iskola 7-14 éves	Vegyes zöldségrémsleves Levesgyöngy Bolognai spagetti Reszelt sajtjal			Daragaluska leves Vagdalt Finomfőzelékkel és Félbarna kenyérral Tiramisu szelet			Magyaros sertésragu leves Morzsás nudli Lekvárral			Trópusi gyümölcsleves Sült csirkecomb Petrezselymes burgonyával Alma			Tárkonyos zöldségleves Tejszínes csirkemell Petrezselymes rizzsel Tejszelet																														
		Energia: 638.93 Kcal / 2,670.73 KJ			Energia: 2.375.94 Kcal / 9,931.43 KJ			Energia: 792.69 Kcal / 3,313.44 KJ			Energia: 659.83 Kcal / 2,758.09 KJ			Energia: 643.81 Kcal / 2,691.13 KJ																														
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																												
		27.60 g	24.85 g	8.28 g	77.38 g	95.36 g	14.85 g	21.27 g	23.12 g	4.32 g	45.44 g	19.23 g	4.15 g	27.41 g	21.13 g	5.31 g																												
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só																													
75.48 g			2.27 g			2.48 g			367.52 g			131.01 g			5.70 g			122.21 g			22.44 g			3.11 g			74.34 g			10.45 g			3.07 g			87.31 g			5.95 g			4.39 g		
1,3,7,9			1,3,7,9,(6),(8),(11),(12)			1,9,(12)			1,7,(10)			1,3,7,9																																
Uzsonna	Iskola 7-14 éves	Diákcsemege Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Uborka Narancs			Füstölt sajtkrém Korpás kifli Paprika Kivi			Pulykamell sonka Margarin Graham kenyér Jégcsapretek Körte			Sonkás kockasajt Szezámos zsemle			Vaníliás táska Banán																														
		Energia: 291.30 Kcal / 1,217.63 KJ			Energia: 306.20 Kcal / 1,279.92 KJ			Energia: 294.18 Kcal / 1,229.67 KJ			Energia: 346.42 Kcal / 1,448.04 KJ			Energia: 522.78 Kcal / 2,185.22 KJ																														
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																												
		11.02 g	10.52 g	3.66 g	8.68 g	12.85 g	6.87 g	12.09 g	3.92 g	1.18 g	14.60 g	18.84 g	7.09 g	13.66 g	26.61 g	10.07 g																												
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só																													
37.23 g			0.00 g			1.61 g			37.07 g			0.00 g			0.94 g			52.45 g			4.68 g			1.75 g			29.21 g			0.00 g			1.70 g			55.96 g			0.00 g			1.46 g		
1,(7)			1,7			1,(7)			1,7,(5),(8),(11)			1,7,(3),(6),(12)																																

Az étlanváltatás ívét 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!

Élelmezésvetető