

Heti étlap 2022.10.17 - 2022.10.21

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Gyümölcslé Sertés zsíros Félbarna kenyér Lilahagymával			Madártej Molnárika			Meggyes tea Hot-dog Ketchuppal			Csipkebogyó tea Pritaminos sajtkrémes Rozskenyér			Tej Csicseriborsó krémes Graham kenyér Paprikával		
Tízórai	Iskolás 7-14 év	Energia: 359.34 Kcal / 1,502.04 KJ			Energia: 187.34 Kcal / 783.08 KJ			Energia: 351.71 Kcal / 1,470.15 KJ			Energia: 315.28 Kcal / 1,317.87 KJ			Energia: 355.43 Kcal / 1,485.70 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		6.79 g	10.60 g	3.70 g	5.59 g	4.99 g	2.06 g	11.81 g	12.39 g	4.70 g	7.60 g	10.74 g	10.25 g	14.76 g	11.89 g	5.50 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		59.27 g	0.00 g	1.21 g	29.79 g	2.40 g	0.62 g	47.72 g	22.79 g	2.56 g	46.59 g	15.99 g	0.99 g	46.93 g	0.00 g	1.51 g
		1			1,3,7			1,7,(9)			1,7			1,7,10,(12)		
Ebéd	Iskolás 7-14 év	Energia: 657.46 Kcal / 2,748.18 KJ			Energia: 837.41 Kcal / 3,500.37 KJ			Energia: 1,340.55 Kcal / 5,603.50 KJ			Energia: 826.45 Kcal / 3,454.56 KJ			Energia: 588.05 Kcal / 2,458.05 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		20.88 g	19.72 g	4.70 g	29.81 g	31.28 g	8.14 g	42.47 g	57.76 g	16.40 g	26.38 g	36.68 g	5.45 g	21.93 g	25.36 g	4.26 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		98.22 g	11.24 g	2.03 g	107.55 g	0.00 g	3.88 g	160.51 g	43.96 g	9.84 g	96.60 g	5.04 g	2.79 g	67.26 g	8.85 g	4.47 g
		1,9,(3),(12)			1,3,7			1,7,10,(3),(6),(12)			1,3,9			1,3,9,15,(8),(10),(12)		
Uzsonna	Iskolás 7-14 év	Energia: 257.87 Kcal / 1,077.90 KJ			Energia: 276.43 Kcal / 1,155.48 KJ			Energia: 210.32 Kcal / 879.14 KJ			Energia: 287.22 Kcal / 1,200.58 KJ			Energia: 393.37 Kcal / 1,644.29 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		9.11 g	11.62 g	4.47 g	10.50 g	12.35 g	8.87 g	7.51 g	7.82 g	2.96 g	13.06 g	12.85 g	7.57 g	4.38 g	18.87 g	4.87 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		29.10 g	0.00 g	1.84 g	30.82 g	4.68 g	2.03 g	27.42 g	0.00 g	1.44 g	29.50 g	0.00 g	1.91 g	50.48 g	18.16 g	0.69 g
		1,(7)			1,(7)			1,(7)			1,7			1,7,(3),(6),(12)		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

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

Quadro Byte Zrt

Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

2022.10.12 6:17:40 | QB - Élelem