

Heti étlap 2023.08.28 - 2023.09.01

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Reggeli	Középiskolás 15-18 éves	Narancsos limonádé Margarinos Korpás zsemle Sajt szelettel Paradicsommal Margarinos Zsemle Soproni felvágottal	Tej Margarinos Rozs kenyér Mézzel Margarinos Zsemle Baromfi párizsival Uborkával	Vaníliás tej Kiflivel Margarinos Félbarna kenyér Turista felvágottal Paprikával	Meggyes tea Majonézes tojáskrémes Graham kenyér Margarinos Zsemle Olasz felvágottal Uborkával	Tea Margarinos Félbarna kenyér Sertés párizsival Uborkával Gyümölcsjoghurt Kiflivel										
		Energia: 910.63 Kcal / 3,806.43 KJ	Energia: 926.18 Kcal / 3,871.43 KJ	Energia: 890.57 Kcal / 3,722.58 KJ	Energia: 1,038.56 Kcal / 4,341.18 KJ	Energia: 901.21 Kcal / 3,767.06 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		35.23 g	28.46 g	13.69 g	35.30 g	17.93 g	16.19 g	34.23 g	19.69 g	7.67 g	30.65 g	37.63 g	12.50 g	30.16 g	18.90 g	8.18 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
127.54 g	10.13 g	4.65 g	155.19 g	28.70 g	3.80 g	143.45 g	19.98 g	4.93 g	144.13 g	24.39 g	5.48 g	151.57 g	37.38 g	4.75 g		
1,7			1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,7				
Vacsora	Középiskolás 15-18 éves	Tea Margarinos Kifli Ízes sonkával Uborkával Helyben sült sajtkrémes rúd	Limonádé Paprikás burgonya Csemege uborkával	Limonádé Kolbászos tojásrántotta Félbarna kenyérral Paprikával	Tea Meleg szendvics Nektarin	Tea Margarinos Félbarna kenyér Zala felvágottal Paprikával										
		Energia: 711.66 Kcal / 2,974.74 KJ	Energia: 593.10 Kcal / 2,479.16 KJ	Energia: 667.05 Kcal / 2,788.27 KJ	Energia: 684.52 Kcal / 2,861.29 KJ	Energia: 513.95 Kcal / 2,148.31 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		30.83 g	10.37 g	9.88 g	20.03 g	28.32 g	8.03 g	29.67 g	27.20 g	6.22 g	30.57 g	14.12 g	6.59 g	17.71 g	11.70 g	4.13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
134.52 g	24.39 g	5.18 g	62.49 g	9.99 g	6.99 g	74.69 g	9.99 g	5.32 g	107.88 g	22.61 g	4.54 g	84.12 g	19.99 g	3.32 g		
1,7			15,(6),(12)			1,3			1,7,(9)			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-puhatestűk | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető