

Heti étlap 2023.08.28 - 2023.09.01

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
eatrend	Tízórai	Narancsos limonádé Margarinos Korpás zsemle Sajt szelettel Paradicsommal			Tej Margarinos Rozskenyér Mézzel			Vaníliás tej Kiflivel			Meggyes tea Majonézes tojáskrémes Graham kenyér Uborka karikákkal			Gyümölcsös joghurt Kiflivel		
		Energia: 256.45 Kcal / 1,071.96 KJ			Energia: 301.54 Kcal / 1,260.44 KJ			Energia: 249.09 Kcal / 1,041.20 KJ			Energia: 297.58 Kcal / 1,243.88 KJ			Energia: 275.39 Kcal / 1,151.13 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.19 g	7.72 g	4.42 g	12.90 g	6.08 g	7.05 g	10.57 g	3.28 g	1.73 g	7.89 g	10.29 g	2.93 g	9.35 g	6.07 g	3.23 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
36.35 g 6.10 g 0.97 g			48.64 g 8.10 g 1.03 g			44.02 g 9.99 g 0.68 g			43.39 g 12.19 g 1.58 g			45.25 g 12.99 g 0.90 g				
1,7			1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,7				
Ebéd	Óvodás 4-6 éves	Kolbászos sárgaborsó leves Kakaós tészta			Tejfölös burgonyaleves Temesvári sertésragu Párolt rizszel Gyümölcsnap: Nektarin, Szilva			Vajgaluska leves Kelkáposzta főzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Kertészleves Csirkepaprikás Főtt tésztával Csemege uborkával			Vegyes zöldségkrémleves Pírtott kenyérkockával Sült csirkecomb Petrezselymes burgonyával Uborkasalátával		
		Energia: 536.25 Kcal / 2,241.53 KJ			Energia: 570.16 Kcal / 2,383.27 KJ			Energia: 492.79 Kcal / 2,059.86 KJ			Energia: 526.13 Kcal / 2,199.22 KJ			Energia: 567.42 Kcal / 2,371.82 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		19.20 g	16.19 g	4.79 g	17.70 g	22.52 g	6.09 g	20.01 g	22.78 g	5.93 g	39.98 g	15.61 g	3.52 g	37.62 g	20.96 g	3.72 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
77.83 g 17.51 g 6.18 g			73.62 g 0.03 g 1.93 g			51.11 g 0.01 g 3.48 g			55.75 g 0.01 g 6.64 g			56.99 g 4.13 g 4.97 g				
1,9,(3)			1,7,9			1,3,9,(7)			1,7,9,15,(3),(12)			1,7,9,(10)				
Uzsonna	Óvodás 4-6 éves	Margarinos Félbarna kenyér Paprikás szalámmal			Helyben sült csokoládékrémes rúd			Margarinos Rozskenyér Pulykamell sonkával Paprikával			Müzliszelet Alma			Helyben sült rácsos túros párna		
		Energia: 221.90 Kcal / 927.54 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 197.79 Kcal / 826.76 KJ			Energia: 109.04 Kcal / 455.79 KJ			Energia: 153.89 Kcal / 643.26 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.84 g	7.18 g	2.51 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	9.70 g	3.70 g	5.60 g	2.49 g	1.99 g	1.10 g	3.78 g	8.64 g	2.63 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
31.41 g 0.00 g 1.66 g			19.66 g 0.00 g 1.38 g			31.38 g 0.00 g 1.19 g			19.95 g 3.00 g 0.04 g			15.08 g 4.00 g 0.31 g				
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(7)			1,(5),(6),(7),(8),(11),(12)			1,7,(3),(6),(12)				

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	

1/1
Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető
2023.08.23 8:08:56 | QB - Élelem