

Heti étlap 2023.09.04 - 2023.09.08

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
eatrend Reggeli	Középiskolás 15-18 éves	Limonádé Hot-dog Ketchupal Margarinos Félbarna kenyér Tavaszi felvágottal Paprikával			Meggyes tea Margarinos Rozskenyér Diákcsemegével Paprikával Főtt tojáskarikákkal Uborkával			Erdei gyümölcsstea Majonézes tonhalkémes Félbarna kenyér Margarinos Félbarna kenyér Soproni felvágottal Paradicsommal			Kakaó Kiflivel Margarinos Félbarna kenyér Turista felvágottal Paradicsommal			Narancsos limonádé Margarinos Korpás kenyér Sertés párizsival Pizzás csiga		
		Energia: 997.74 Kcal / 4,170.55 KJ			Energia: 559.79 Kcal / 2,339.92 KJ			Energia: 761.21 Kcal / 3,181.86 KJ			Energia: 866.57 Kcal / 3,622.26 KJ			Energia: 721.45 Kcal / 3,015.66 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		39.46 g	35.88 g	13.39 g	21.45 g	16.16 g	14.19 g	19.20 g	41.56 g	12.33 g	34.54 g	20.00 g	7.88 g	17.37 g	32.60 g	9.99 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
128.02 g	14.19 g	8.17 g	81.76 g	24.39 g	2.30 g	76.90 g	12.00 g	4.28 g	136.47 g	12.99 g	4.94 g	89.02 g	10.13 g	4.25 g		
1,7,(9)			1,3,(7)			1,3,4,7,10			1,7			1,7,(3),(9)				
Vacsora	Középiskolás 15-18 éves	Limonádé Margarinos Zsemle Csirkemell sonkával Paprikával			Tea Sült csirkecomb Rizi-bizivel Káposztasalátával Szilva			Limonádé Sonkás sajtos pizzaszelet			Tea Olaszos rakott tészta			Tea Margarinos Rozskenyér Sajt szelettel Uborkával		
		Energia: 402.00 Kcal / 1,680.36 KJ			Energia: 921.07 Kcal / 3,850.07 KJ			Energia: 549.06 Kcal / 2,295.07 KJ			Energia: 830.94 Kcal / 3,473.33 KJ			Energia: 570.87 Kcal / 2,386.24 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		16.61 g	5.97 g	2.43 g	62.25 g	21.74 g	4.13 g	20.32 g	13.71 g	4.89 g	33.52 g	31.16 g	10.52 g	23.13 g	16.87 g	17.91 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
69.95 g	9.99 g	1.99 g	116.28 g	26.21 g	4.57 g	85.14 g	10.69 g	1.92 g	103.04 g	21.11 g	3.23 g	81.24 g	24.39 g	2.33 g		
1,(7)			(10)			1,7			1,7,(3),(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-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető