

Heti étlap 2023.09.11 - 2023.09.15

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Középiskolás 15-18 éves	Almás-fahéjas tea Zöldfűszeres vajkrémes Zsemle Margarinos Félbarna kenyér Tavaszi felvágottal			Limonádé Margarinos Félbarna kenyér Toast felvágottal Uborkával Helyben sült sajtos pogácsa			Karamellás tej Kiflivel Margarinos Félbarna kenyér Paprikás szalámmal			Mentás limonádé Kenőmájasos Graham kenyér Uborkával Margarinos Zsemle Fokhagymás felvágottal			Tej Fatörzs kiflivel Margarinos Zsemle Csemege szalámmal Póréhagymakarikával		
		Energia: 1,047.04 Kcal / 4,376.63 KJ			Energia: 821.47 Kcal / 3,433.74 KJ			Energia: 908.32 Kcal / 3,796.78 KJ			Energia: 949.38 Kcal / 3,968.41 KJ			Energia: 1,067.27 Kcal / 4,461.19 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		26.82 g	27.85 g	11.99 g	26.17 g	34.34 g	10.23 g	33.40 g	19.42 g	7.66 g	32.77 g	29.15 g	10.98 g	36.26 g	30.17 g	12.46 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
169.72 g	48.07 g	4.29 g	100.93 g	14.39 g	4.56 g	149.30 g	24.98 g	4.54 g	137.82 g	14.39 g	5.34 g	161.81 g	21.50 g	3.51 g		
1,7			1,3,7			1,7			1,(6),(7),(10)			1,3,7				
Vacsora	Középiskolás 15-18 éves	Tea Margarinos Félbarna kenyér Olasz felvágottal Paradicsommal			Limonádé Sonkás tejfölös kenyérlángos Alma			Ivólé Pusztapörkölt Uborkasalátával			Limonádé Meleg szendvics			Tea Margarinos Félbarna kenyér Olasz felvágottal Uborkával		
		Energia: 569.23 Kcal / 2,379.38 KJ			Energia: 549.06 Kcal / 2,295.07 KJ			Energia: 716.75 Kcal / 2,996.02 KJ			Energia: 564.12 Kcal / 2,358.02 KJ			Energia: 565.17 Kcal / 2,362.41 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.77 g	17.63 g	6.40 g	20.32 g	13.71 g	4.89 g	24.80 g	33.81 g	9.63 g	29.08 g	13.46 g	6.51 g	17.77 g	17.59 g	6.68 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
84.48 g	19.99 g	4.21 g	85.14 g	10.69 g	1.92 g	77.21 g	5.99 g	3.68 g	80.58 g	12.61 g	4.54 g	83.56 g	24.39 g	4.21 g		
1,(7)			1,7			1,7			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-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető