

Heti étlap 2023.09.25 - 2023.09.29

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek				
eatrend	Reggeli	Középiskolás 15-18 éves		Kakaó Kíflivel Margarinos Félbarna kenyér Baromfi párizsival Uborkával			Barackos tea Pritaminpaprikás sajtkrém Rozskenyér Helyben sült sajtkrém rúd			Mentás limonádé Margarinos Korpás kenyér Zala felvágottal Paradicsommal Margarinos Félbarna kenyér Ízes sonkával			Tej Margarinos Félbarna kenyér Méz Margarinos Zsemle Turista felvágottal			Csipkebogyó tea Snidlinges vajkrém Korpás zsemle Paradicsommal Lekváros bukta		
				Energia: 831.73 Kcal / 3,476.63 KJ			Energia: 874.87 Kcal / 3,656.96 KJ			Energia: 781.77 Kcal / 3,267.80 KJ			Energia: 953.71 Kcal / 3,986.51 KJ			Energia: 1,344.92 Kcal / 5,621.77 KJ		
				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
				33.22 g	17.16 g	7.64 g	30.13 g	18.41 g	23.13 g	32.35 g	13.56 g	4.88 g	35.86 g	19.73 g	8.09 g	20.15 g	59.51 g	19.12 g
				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
135.51 g	17.39 g	2.19 g	157.33 g	29.98 g	5.13 g	131.61 g	9.99 g	3.18 g	157.43 g	24.30 g	1.84 g	180.37 g	68.60 g	2.66 g				
1,7			1,7			1,(7)			1,7			1,7,(3),(6),(12)						
eatrend	Vacsora	Középiskolás 15-18 éves		Tea Margarinos Zsemle Paprikás szalámmal Paprikával			Limonádé Töltött háromszögek			Tea Sült debreceni kolbász Mustárral Félbarna kenyérral Paprikával/Paradicsommal Szilva			Limonádé Rántott sertés szelet Kukoricás rizzsel Tartármártással			Tea Margarinos Rozskenyér Toast felvágottal Paprikával		
				Energia: 494.10 Kcal / 2,065.34 KJ			Energia: 867.41 Kcal / 3,625.77 KJ			Energia: 869.60 Kcal / 3,634.93 KJ			Energia: 1,851.18 Kcal / 7,737.93 KJ			Energia: 493.64 Kcal / 2,063.42 KJ		
				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
				13.81 g	13.98 g	5.28 g	42.04 g	25.71 g	10.02 g	34.52 g	31.71 g	10.80 g	38.17 g	132.64 g	20.09 g	21.65 g	9.12 g	11.81 g
				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
77.96 g	19.99 g	1.04 g	116.23 g	12.99 g	1.62 g	110.22 g	19.99 g	3.74 g	123.54 g	10.99 g	3.12 g	80.94 g	19.99 g	1.97 g				
1,(7)			1,3,7			1,10,(6),(12)			1,3,7,10,(12)			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-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető