

Heti étlap 2023.09.25 - 2023.09.29

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
eatrend	Tízórai	Iskola kakaó Kifli			Barackos tea Pritaminos sajtkrémcs Rozskenyér			Almalé Margarinos Korpás kenyér Zala felvágottal			Poharas tej Margarinos Félbarna kenyér Mézzel			Csipkebogyó tea Snidlinges vajkrémcs Korpás zsemle Paradicsommal		
		Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 352.03 Kcal / 1,471.49 KJ			Energia: 309.59 Kcal / 1,294.09 KJ			Energia: 334.97 Kcal / 1,400.17 KJ			Energia: 333.78 Kcal / 1,395.20 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.76 g	0.28 g	0.10 g	7.71 g	10.76 g	10.25 g	8.58 g	7.15 g	2.65 g	12.76 g	5.60 g	2.71 g	5.98 g	11.86 g	5.65 g
Ebéd	Iskolás 11-14 éves	Kerti zöldségleves Paprikás burgonya Vegyesvágottal Félbarna kenyérral			Palócgulyás leves Félbarna kenyérral Ízes derelye Porcukorral Alma			Póréhagyma krémleves Levesgyönggyel Hentes tokány Párolt rizzsel			Hamis gulyásleves Zöldborsó főzelék Csirke nuggetssal Félbarna kenyérral Szilva			Grízgaluska leves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával		
		Energia: 499.95 Kcal / 2,089.79 KJ			Energia: 595.13 Kcal / 2,487.64 KJ			Energia: 729.41 Kcal / 3,048.93 KJ			Energia: 722.20 Kcal / 3,018.80 KJ			Energia: 597.68 Kcal / 2,498.30 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		16.26 g	20.52 g	5.08 g	15.93 g	23.79 g	4.27 g	21.67 g	35.98 g	10.42 g	36.57 g	19.09 g	1.37 g	19.08 g	25.96 g	6.98 g
Uzsonna	Iskolás 11-14 éves	Margarinos Korpás kenyér Toast felvágottal Paprikával			Margarinos Zsemle Paprikás szalámmal Paprikával			Helyben sült virslis-ketchupos párna			Margarinos Rozskenyér Olasz felvágottal Uborkával			Helyben sült sajtos pogácsa Alma		
		Energia: 199.23 Kcal / 832.78 KJ			Energia: 233.90 Kcal / 977.70 KJ			Energia: 426.95 Kcal / 1,784.65 KJ			Energia: 275.73 Kcal / 1,152.55 KJ			Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.08 g	4.58 g	1.63 g	8.00 g	9.31 g	3.45 g	7.39 g	33.65 g	9.54 g	10.47 g	12.35 g	9.08 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
22.80 g 0.00 g 0.41 g			55.58 g 24.98 g 0.99 g			53.10 g 0.00 g 1.36 g			58.18 g 16.20 g 0.33 g			50.29 g 19.99 g 0.51 g				
1,(7)			1,7			1,(7)			1,7			1,7				
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
61.31 g 0.04 g 4.33 g			73.55 g 14.08 g 3.16 g			78.70 g 0.27 g 3.79 g			100.01 g 20.00 g 3.52 g			70.81 g 15.01 g 3.49 g				
1,9,15,(10),(12)			1,3,7,9			1,3,7,9,15,(12)			1,7,9,(3)			1,3,9,(7)				
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
28.38 g 0.00 g 1.09 g			29.45 g 0.00 g 0.72 g			23.13 g 0.00 g 2.47 g			30.54 g 3.30 g 2.03 g			13.48 g 0.00 g 0.79 g				
1,(7)			1,(7)			1,7,10,(3),(6),(12)			1,(7)			1,3,7				

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-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	

Quadro Byte Zrt

Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

2023.09.18 13:29:25 | QB - Élelem