

Heti étlap 2023.10.02 - 2023.10.06

eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	Középiskolás 15-18 éves	Magyaros zöldborsó leves Rántott halrúd Párolt rizzsel Tartármártással			Csontleves Burgonyafőzelék Sült bécsi rudacskával Félbarna kenyérral			Kolbászos burgonyaleves Szilvatöltelékes gombóc Porcukorral Alma			Kukoricagaluska leves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal			Paradicsom leves Roston sült csirkemell Párolt rizzsel Párolt zöldséggel		
		Energia: 1,259.45 Kcal / 5,264.50 KJ			Energia: 895.97 Kcal / 3,745.15 KJ			Energia: 1,472.84 Kcal / 6,156.47 KJ			Energia: 880.61 Kcal / 3,680.95 KJ			Energia: 1,011.43 Kcal / 4,227.78 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		47.57 g	79.78 g	12.84 g	31.26 g	43.37 g	12.28 g	35.30 g	66.72 g	19.82 g	36.33 g	41.97 g	13.16 g	43.21 g	22.63 g	2.76 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
87.22 g	27.47 g	5.53 g	93.53 g	0.04 g	6.36 g	180.63 g	54.96 g	15.26 g	88.62 g	5.07 g	3.66 g	145.34 g	40.20 g	7.52 g		
1,3,4,7,9,10,(12)			1,3,7,9			1,7,9,(3),(6),(12)			1,3,7,9,(6),(12)			1,3,9,(10)				

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