

Heti étlap 2023.11.27 - 2023.12.01

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek				
eatrend	Reggeli	Középiskolás 15-18 éves		Erdei gyümölcsös tea Margarinos Korpás kenyér Sertés párizsival Paprikával Helyben sült csokoládékrémes rúd			Meggyes tea Margarinos Rozskenyér Diákcsemegével Paradicsommal Tejszelet			Citromos tea Hot-dog Ketchuppal Túró Rudi			Kakaó Kalács Sült hús krémes Félbarna kenyér Uborkával			Csipkebogyó tea Majonézes tojáskrém Korpás kenyér Uborkával Margarinos Zsemle Paprikás szalámmal		
				Energia: 1,164.15 Kcal / 4,866.15 KJ			Energia: 579.84 Kcal / 2,423.73 KJ			Energia: 720.47 Kcal / 3,011.56 KJ			Energia: 1,119.12 Kcal / 4,677.92 KJ			Energia: 962.43 Kcal / 4,022.96 KJ		
				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
				36.55 g	65.04 g	24.69 g	17.74 g	16.66 g	14.90 g	27.34 g	27.93 g	11.11 g	37.94 g	32.03 g	14.53 g	24.98 g	34.01 g	11.14 g
				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
107.03 g	12.00 g	5.19 g	89.34 g	25.92 g	2.25 g	88.83 g	37.18 g	4.44 g	168.45 g	25.78 g	1.82 g	138.99 g	29.38 g	3.04 g				
1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,3,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,3,7,10,(12)						
Vacsora	Középiskolás 15-18 éves	Tea Zsíros kenyér Lilahagymával			Tea Rántott csirkemell Petrezselymes burgonyával Uborkasalátával Alma			Tea Chilis bab Félbarna kenyérral			Tea Sonkás kenyérlángos			Tea Májusi csemege Félbarna kenyérral Jégcsapretekkel				
		Energia: 588.18 Kcal / 2,458.59 KJ			Energia: 1,198.08 Kcal / 5,007.97 KJ			Energia: 884.92 Kcal / 3,698.97 KJ			Energia: 586.54 Kcal / 2,451.74 KJ			Energia: 470.99 Kcal / 1,968.74 KJ				
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír		
		12.39 g	21.21 g	7.75 g	43.83 g	60.02 g	7.88 g	39.67 g	30.88 g	8.31 g	20.40 g	13.68 g	4.89 g	16.47 g	7.12 g	2.57 g		
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
86.08 g	19.99 g	0.01 g	118.92 g	36.97 g	5.37 g	110.91 g	19.99 g	2.42 g	94.77 g	20.69 g	1.92 g	84.76 g	26.23 g	0.76 g				
1			1,3			1			1,7			1						

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