


Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.23.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Középiskolás 15-18 éves	Citromos tea Margarinos Korpás kenyér Sajt szelettel Paradicsommal Kenőmájasos Zsemle Uborkával			Meggyes tea Túró rudi krémes Félbarna kenyér Natúr vajkrémes Rozskenyér Zala felvágottal Jégcsapretekkel			Almás-fahéjas tea Margarinos Rozskenyér Diákcsemegével Tejszelet			Poharas tej Margarinos Félbarna kenyér Mézzel Sülthúskrém Félbarna kenyér Uborkával			Csipkebogyó tea Snidlinges sajtkrémes Korpás kenyér Uborkával Margarinos Zsemle Paprikás szalámmal		
		Energia: 981.72 Kcal / 4,103.59 KJ			Energia: 1,006.74 Kcal / 4,208.17 KJ			Energia: 693.06 Kcal / 2,896.99 KJ			Energia: 686.93 Kcal / 2,871.37 KJ			Energia: 923.20 Kcal / 3,858.98 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		34.14 g	27.06 g	13.19 g	35.99 g	28.76 g	21.09 g	17.73 g	16.65 g	14.88 g	21.93 g	22.33 g	10.53 g	24.06 g	30.07 g	14.74 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
149.50 g	34.38 g	2.91 g	149.84 g	29.72 g	2.25 g	115.95 g	54.00 g	2.24 g	99.13 g	28.70 g	0.64 g	138.26 g	29.38 g	2.92 g		
1,7,(6),(10)			1,7,(5),(8)			1,3,7			1,7,10,(12)			1,7				
Vacsora	Középiskolás 15-18 éves	Tea Zsíros kenyér Lilahagymával			Tea Tavaszi rizseshús Céklasalátával Alma			Tea Amerikai hot-dog			Tea Sonkás kenyérlángos			Tea Margarinos Félbarna kenyér Soproni felvágottal Jégcsapretekkel		
		Energia: 588.18 Kcal / 2,458.59 KJ			Energia: 887.81 Kcal / 3,711.05 KJ			Energia: 555.24 Kcal / 2,320.90 KJ			Energia: 586.54 Kcal / 2,451.74 KJ			Energia: 566.12 Kcal / 2,366.38 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	28.11 g	34.31 g	9.62 g	21.40 g	22.59 g	8.63 g	20.40 g	13.68 g	4.89 g	17.81 g	17.59 g	6.75 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	111.60 g	27.98 g	2.08 g	65.82 g	19.99 g	3.57 g	94.77 g	20.69 g	1.92 g	83.93 g	26.23 g	1.82 g		
1			9,15,(1),(12)			1,7			1,7			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