


Heti étlap 2024.02.26. - 2024.03.01.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 eatrend Reggeli	Középiskolás 15-18 éves	Almás-fahéjas tea Zöldfűszeres vajkrémes Félbarna kenyér Paradicsommal Helyben sült kakaós csiga	Poharas tej Fatörzs kiffel Margarinós Zsemle Csemege szalámmal Paradicsommal	Citromos tea Majonézos tonhalkrémes Graham kenyér Margarinós Zsemle Paprikás szalámmal Paprikával	Kakaó Kalács Margarinós Félbarna kenyér Fokhagymás felvágottal Uborkával	Barackos tea Margarinós Rozskenyér Toast felvágottal Uborkával Alma Müzliszelet										
		Energia: 1,057.69 Kcal / 4,421.14 Kj	Energia: 1,044.39 Kcal / 4,365.55 Kj	Energia: 1,078.99 Kcal / 4,510.18 Kj	Energia: 967.36 Kcal / 4,043.56 Kj	Energia: 673.73 Kcal / 2,816.19 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		20.02 g	40.90 g	16.17 g	34.52 g	29.44 g	12.07 g	27.49 g	39.13 g	11.21 g	31.79 g	30.18 g	12.24 g	24.67 g	11.44 g	13.21 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
149.41 g	59.87 g	0.76 g	159.50 g	21.50 g	2.56 g	153.16 g	29.98 g	3.17 g	141.39 g	12.79 g	3.06 g	116.96 g	37.38 g	2.03 g		
1,7,(3)		1,3,7		1,3,4,7,10		1,3,7		1,(5),(6),(7),(8),(11),(12)								
Vacsora	Középiskolás 15-18 éves	Tea Margarinós Félbarna kenyér Olasz felvágottal Paradicsommal	Tea Hamburger Narancs	Gyümölcsle Sült debreceni Mustárral Félbarna kenyérral Paprikával/ Paradicsommal	Tea Brassói aprópecsenye Csemege uborkával	Gyümölcsle Margarinós Félbarna kenyér Paprikás szalámmal Paprikával										
		Energia: 569.23 Kcal / 2,379.38 Kj	Energia: 619.15 Kcal / 2,588.05 Kj	Energia: 846.47 Kcal / 3,538.24 Kj	Energia: 759.51 Kcal / 3,174.75 Kj	Energia: 551.76 Kcal / 2,306.36 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.77 g	17.63 g	6.76 g	22.30 g	15.18 g	5.63 g	33.37 g	35.63 g	12.10 g	31.87 g	30.17 g	7.31 g	16.58 g	14.45 g	5.38 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
84.48 g	19.99 g	1.81 g	95.56 g	31.39 g	3.72 g	97.62 g	0.00 g	3.94 g	87.91 g	19.99 g	4.48 g	89.12 g	0.00 g	0.92 g		
1,(7)		1,3,7,10,11,(6),(8),(12)		1,10,(12)		15,(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