


Heti étlap 2024.03.04. - 2024.03.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b>  <b>Reggeli</b>	<b>Középiskolás 15-18 éves</b>	Barackos tea Hot-dog Ketchuppal Mustárral Tejszelet			Erdei gyümölcsös tea Kolbászkremes Rozskenyér Paprikával Margarinos Zsemle Soproni felvágottal			Poharas tej Mogyorókrémes Korpás kifli Margarinos Félbarna kenyér Turista felvágottal Paprikával			Citromos tea Margarinos Korpás zsemle Bécsi felvágottal Sajt szelettel Paradicsommal			Vaníliás tej Brióssal Margarinos Félbarna kenyér Sertés párizsival Jégcsapretekkel		
		Energia: 767.42 Kcal / 3,207.82 Kj			Energia: 1,032.90 Kcal / 4,317.52 Kj			Energia: 1,030.25 Kcal / 4,306.45 Kj			Energia: 714.06 Kcal / 2,984.77 Kj			Energia: 915.02 Kcal / 3,824.78 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		25.92 g	30.00 g	10.86 g	28.79 g	43.73 g	22.53 g	38.28 g	32.31 g	7.83 g	26.02 g	27.79 g	13.43 g	32.69 g	22.72 g	9.60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
97.41 g	40.11 g	4.88 g	130.06 g	12.00 g	3.86 g	145.74 g	19.20 g	2.77 g	89.39 g	29.98 g	3.63 g	144.44 g	37.30 g	2.02 g		
1,3,7,10,(12)			1,(7)			1,5,6,7,8			1,7			1,3,7				
<b>Vacsora</b>	<b>Középiskolás 15-18 éves</b>	Tea Natúr vajkrémes Félbarna kenyér Zala felvágottal Kígyóborkával			Tea Sajtos-sonkás kukoricás pizzaszelet Alma			Tea Bundás kenyér Fokhagymás tejföllel			Tea Dubarry csirkemell szelet Párolt rizszel			Gyümölcsle Margarinos Korpás kenyér Ízes sonkával Paprikával		
		Energia: 630.09 Kcal / 2,633.78 Kj			Energia: 825.76 Kcal / 3,451.68 Kj			Energia: 584.64 Kcal / 2,443.80 Kj			Energia: 964.44 Kcal / 4,031.36 Kj			Energia: 444.90 Kcal / 1,859.68 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		18.75 g	23.65 g	10.72 g	29.53 g	28.81 g	7.59 g	19.22 g	16.71 g	7.78 g	40.55 g	44.46 g	7.72 g	15.58 g	5.93 g	2.16 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
84.70 g	24.39 g	0.82 g	110.56 g	20.19 g	2.26 g	88.55 g	19.99 g	1.05 g	99.28 g	19.99 g	4.09 g	82.70 g	0.00 g	2.37 g		
1,7			1,3,7			1,3,7			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-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer |               |

Jó étvágyat kívánunk!

.....  
Élelmezésvezető