


Heti étlap 2024.04.15. - 2024.04.19.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 Reggeli	Középiskolás (15-18)	Poharas tej Kiflivel Margarinos Félbarna kenyér Baracklevárral	Meggyes tea Csicseriborsó krémes Félbarna kenyér Uborkával Snidlinges sajtkrémes Félbarna kenyér	Erdei gyümölcsös tea Körözöttes Korpás kenyér Margarinos Korpás kenyér Füstölt kolbásszal	Barackos tea Amerikai hot-dog Margarinos Félbarna kenyér Főtt tojáskarikákkal Uborkával	Poharas tej Mogyorókrémes Félbarna kenyér Margarinos Félbarna kenyér Turista felvágottal										
		Energia: 747.30 Kcal / 3,123.71 KJ	Energia: 682.97 Kcal / 2,854.81 KJ	Energia: 459.13 Kcal / 1,919.16 KJ	Energia: 1,053.55 Kcal / 4,403.84 KJ	Energia: 772.31 Kcal / 3,228.26 KJ										
		Fehérje 26.23 g	Zsír 8.76 g	T.Zsír 3.99 g	Fehérje 16.51 g	Zsír 28.90 g	T.Zsír 15.62 g	Fehérje 16.34 g	Zsír 13.07 g	T.Zsír 5.48 g	Fehérje 40.27 g	Zsír 33.67 g	T.Zsír 12.33 g	Fehérje 27.24 g	Zsír 30.68 g	T.Zsír 7.69 g
		Szénhidrát 140.35 g	Cukor 18.69 g	Só 1.21 g	Szénhidrát 88.27 g	Cukor 24.39 g	Só 0.69 g	Szénhidrát 68.74 g	Cukor 12.00 g	Só 2.60 g	Szénhidrát 146.39 g	Cukor 36.48 g	Só 4.46 g	Szénhidrát 96.28 g	Cukor 19.20 g	Só 1.65 g
		1,7,(12)			1,7,10,(12)			1,7			1,3,7,10,(12)			1,5,6,7,8		
Vacsora	Középiskolás (15-18)	Gyümölcsös tea Margarinos Félbarna kenyér Csemege szalámmal Uborkával	Gyümölcsös tea Csirkepaprikás Szarvacská tésztával Csemege uborkával	Gyümölcsös tea Chilis bab	Gyümölcsös tea Orosz hússaláta Narancs											
		Energia: 530.08 Kcal / 2,215.73 KJ	Energia: 905.37 Kcal / 3,784.45 KJ	Energia: 729.74 Kcal / 3,050.31 KJ	Energia: 721.51 Kcal / 3,015.91 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ										
		Fehérje 16.21 g	Zsír 14.43 g	T.Zsír 5.68 g	Fehérje 64.66 g	Zsír 26.65 g	T.Zsír 6.24 g	Fehérje 33.79 g	Zsír 30.28 g	T.Zsír 8.13 g	Fehérje 29.29 g	Zsír 38.06 g	T.Zsír 9.01 g	Fehérje g	Zsír g	T.Zsír g
		Szénhidrát 83.50 g	Cukor 24.39 g	Só 0.93 g	Szénhidrát 100.47 g	Cukor 19.99 g	Só 4.65 g	Szénhidrát 79.53 g	Cukor 19.99 g	Só 2.42 g	Szénhidrát 63.03 g	Cukor 25.10 g	Só 1.91 g	Szénhidrát g	Cukor g	Só g
		1,(7)		1,7,15,(3),(12)				1			3,7,10,15,(1),(12)			1,5,6,7,8		

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-csillagfűrt | 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