


Heti étlap 2024.06.03. - 2024.06.07.

|  Reggeli | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|---|---------|---|------------------------------------|---------|--|--------------------------------------|---------|---|--------------------------------------|---------|---|------------------------------------|---------|--|--|--|
| | | Citromos limonádé Snidlinges sajtkrém Korpás kenyér Uborkával Margarin Zsemle Sertés párizsival | | | Poharas tej Margarin Félbarna kenyér Baracklevélrel Margarin Zsemle Soproni felvágottal Uborkával | | | Poharas tej Majonéz tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsommal Kenőmájas Zsemle | | | Narancsos limonádé Margarin Rozskenyér Sajt szelettel Uborkával Tepertős pogácsa | | | Puncsos tej Kiflivel Margarin Korpás kenyér Csemege szalámmal Uborkával | | |
| Energia: 851.34 Kcal / 3,558.60 KJ | | | Energia: 940.56 Kcal / 3,931.54 KJ | | | Energia: 1,025.77 Kcal / 4,287.72 KJ | | | Energia: 1,137.48 Kcal / 4,754.67 KJ | | | Energia: 850.92 Kcal / 3,556.85 KJ | | | | |
| Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | | |
| 24.69 g | 28.20 g | 14.27 g | 33.99 g | 21.26 g | 8.93 g | 34.46 g | 40.00 g | 11.97 g | 31.19 g | 60.08 g | 29.73 g | 29.93 g | 18.98 g | 7.97 g | | |
| Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | | |
| 123.65 g | 14.39 g | 3.03 g | 152.55 g | 23.09 g | 2.20 g | 130.70 g | 0.00 g | 1.09 g | 116.88 g | 14.53 g | 4.93 g | 139.47 g | 24.43 g | 3.55 g | | |
| 1,7 | | | 1,7,(12) | | | 1,3,4,7,10,(6) | | | 1,7,(3) | | | 1,7 | | | | |
| Ebéd | | Jókai babléves Félbarna kenyérral Szilvatöltelikes gombóc Porcukor szóráttal Alma | | | Grízgaluska leves Zöldborsó főzelék Fasírttal Teljes kiőrlésű kenyérral | | | Zellerkrémleves Pírtott kenyérből Olaszos rakott tészta | | | Tojásleves Sajt tejszínes sertésragu Tavaszi rizzsel | | | Tárkonyos zöldségleves Paprikás burgonya Csemege uborkával | | |
| | | Energia: 1,700.39 Kcal / 7,107.63 KJ | | | Energia: 1,056.15 Kcal / 4,414.71 KJ | | | Energia: 969.53 Kcal / 4,052.64 KJ | | | Energia: 875.85 Kcal / 3,661.05 KJ | | | Energia: 665.00 Kcal / 2,779.70 KJ | | |
| Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | | |
| 49.13 g | 70.04 g | 20.70 g | 41.28 g | 45.44 g | 10.37 g | 37.82 g | 43.46 g | 13.07 g | 40.30 g | 39.27 g | 10.62 g | 24.00 g | 31.89 g | 9.52 g | | |
| Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | | |
| 216.23 g | 55.00 g | 14.09 g | 120.61 g | 20.01 g | 5.52 g | 105.18 g | 1.17 g | 4.87 g | 78.70 g | 0.01 g | 6.36 g | 69.24 g | 0.04 g | 9.23 g | | |
| 1,7,9,(3),(6),(12) | | | 1,3,7,9 | | | 1,7,9,(3) | | | 1,3,7,9 | | | 1,7,9,15,(12) | | | | |
| Vacsora | | Gyümölcsös tea Margarin Zsemle Paprikás szalámmal Paprikával | | | Gyümölcslé Majonéz oroshússalátával Alma | | | Gyümölcsös tea Natúr szelet Zöldséges rizzsel Káposztasalátával | | | Gyümölcsös tea Sonkás kenyérlángos | | | Gyümölcsös tea Margarin Zsemle Toast felvágottal Paprikával | | |
| | | Energia: 494.10 Kcal / 2,065.34 KJ | | | Energia: 752.78 Kcal / 3,146.62 KJ | | | Energia: 823.95 Kcal / 3,444.11 KJ | | | Energia: 586.54 Kcal / 2,451.74 KJ | | | Energia: 457.93 Kcal / 1,914.15 KJ | | |
| Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | | |
| 13.81 g | 13.98 g | 5.28 g | 29.70 g | 38.43 g | 9.01 g | 33.30 g | 23.73 g | 4.65 g | 20.40 g | 13.68 g | 4.89 g | 18.93 g | 7.66 g | 3.03 g | | |
| Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | | |
| 77.96 g | 19.99 g | 1.04 g | 70.43 g | 5.11 g | 1.92 g | 117.85 g | 34.98 g | 4.19 g | 94.77 g | 20.69 g | 1.92 g | 78.06 g | 19.99 g | 0.69 g | | |
| 1,(7) | | | 3,7,10,15,(1),(12) | | | 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-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