

Heti étlap 2023.02.13 - 2023.02.17

 eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Csontleves Rakott karfiol			Brokkoli krémleves Pirított kenyérkockával Mézes mustáros csirkeragu Párolt rizzsel			Paradicsom leves Sertés pörkölt Tarhonya körettel Céklasalátával			Burgonya galuska leves Lencsefőzelék Lenmagos Fasírttal Félbarna kenyérral			Frankfurti leves Burgonyás tészta Vegyesvágottal Alma		
Ebéd	A menü Középisikolás 15-18 éves	Energia: 664.63 Kcal / 2,778.15 KJ			Energia: 821.16 Kcal / 3,432.45 KJ			Energia: 1,083.40 Kcal / 4,528.61 KJ			Energia: 1,055.39 Kcal / 4,411.53 KJ			Energia: 832.33 Kcal / 3,479.14 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		27.65 g	35.77 g	11.62 g	36.03 g	29.92 g	5.77 g	42.29 g	34.16 g	6.05 g	46.70 g	49.27 g	13.54 g	25.82 g	20.70 g	4.83 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		57.27 g	0.04 g	6.38 g	101.09 g	4.09 g	5.18 g	149.96 g	47.95 g	7.84 g	105.12 g	5.99 g	3.26 g	133.41 g	0.05 g	5.35 g
		1,3,7,9			1,7,9,10,(12)			1,3,9,15,(12)			1,3,7,10,(12)			1,7,15,(3),(6),(9),(10),(12)		
Ebéd	B menü Középisikolás 15-18 éves	Energia: 567.60 Kcal / 2,372.57 KJ			Energia: 403.45 Kcal / 1,686.42 KJ			Energia: 940.60 Kcal / 3,931.71 KJ			Energia: 907.19 Kcal / 3,792.05 KJ			Energia: 1,003.87 Kcal / 4,196.18 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		36.34 g	16.82 g	4.35 g	21.31 g	8.31 g	2.54 g	30.66 g	30.68 g	11.79 g	33.41 g	35.21 g	9.88 g	27.33 g	44.86 g	14.29 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		67.03 g	0.04 g	4.55 g	61.13 g	10.03 g	5.90 g	133.15 g	39.96 g	8.87 g	113.26 g	4.51 g	3.47 g	121.02 g	26.03 g	3.08 g
		1,7,9,(12)			1,3,9			1,3,7,9,15,(10),(12)			1,3,7,9,10,(12)			1,3,7,8,(6),(9),(12)		

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-puhatestűk | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető