

Heti étlap 2023.03.27 - 2023.03.31

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	A menü Középiskolás 15-18 éves	Kolbászos Burgonyaleves Félbarna kenyérrrel Mákos tészta Alma	Gombaleves Borsos tokány Párolt rizzsel	Magyaros csipetkeleves Sárgaborsófőzelék Sült bécsi rudacskával Félbarna kenyérrrel	Fokhagymakrémleves Pirított kenyérkockával Tavaszi rizseshús	Vajgaluska leves Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérrrel										
		Energia: 980.77 Kcal / 4,099.62 Kj	Energia: 842.62 Kcal / 3,522.15 Kj	Energia: 922.74 Kcal / 3,857.05 Kj	Energia: 804.54 Kcal / 3,362.98 Kj	Energia: 912.48 Kcal / 3,814.17 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		29.87 g	25.62 g	5.88 g	31.56 g	42.02 g	10.64 g	38.46 g	43.96 g	12.49 g	33.50 g	34.71 g	7.52 g	30.25 g	36.03 g	9.36 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
156.11 g	19.99 g	4.30 g	84.29 g	0.02 g	5.06 g	92.01 g	0.02 g	9.45 g	86.34 g	0.00 g	1.88 g	115.12 g	15.01 g	5.53 g		
1,9,(3)			1,9			1,3,9			1,7			1,3,9,(7)				
Ebéd	B menü Középiskolás 15-18 éves	Kolbászos Burgonyaleves Félbarna kenyérrrel Káposztás tészta Alma	Gombaleves Pásztortarhonya	Magyaros csipetkeleves Székelykáposzta Félbarna kenyérrrel	Fokhagymakrémleves Pirított kenyérkockával Rakott burgonya lecsókolbásszal	Vajgaluska leves Sólet Félbarna kenyérrrel										
		Energia: 799.32 Kcal / 3,341.16 Kj	Energia: 731.64 Kcal / 3,058.26 Kj	Energia: 590.92 Kcal / 2,470.05 Kj	Energia: 907.93 Kcal / 3,808.84 Kj	Energia: 802.09 Kcal / 3,352.74 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		25.78 g	16.13 g	3.67 g	39.87 g	24.90 g	5.95 g	34.16 g	20.14 g	5.51 g	30.68 g	49.88 g	16.72 g	40.12 g	26.75 g	6.45 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
136.41 g	5.01 g	5.19 g	86.50 g	0.02 g	3.25 g	67.35 g	0.02 g	8.04 g	82.61 g	0.00 g	5.86 g	101.24 g	0.02 g	8.52 g		
1,9,(3)			1,3,9			1,3,9,(12)			1,7			1,3,9,(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-puhatestűk | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető