


Heti étlap 2023.04.17 - 2023.04.21

 eatrend Ebéd		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		A menü Eger Középiskolás 15-18 éves			Vegyes zöldségkrémleves Pirított kenyérkockával Tavaszi szárnyas rizseshús Céklasalátával			Magyaros burgonyagombóc leves Eszterházi sertésragu Főtt tésztával			Lebbencsleves Zöldborsó főzelék Sonkás fasírttal Félbarna kenyérral			Tárkonyos zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal		
		Energia: 840.72 Kcal / 3,514.21 KJ			Energia: 821.67 Kcal / 3,434.58 KJ			Energia: 616.89 Kcal / 2,578.60 KJ			Energia: 1,108.63 Kcal / 4,634.07 KJ			Energia: 826.72 Kcal / 3,455.69 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		22.09 g	15.59 g	4.25 g	36.41 g	22.40 g	3.90 g	34.08 g	18.05 g	5.05 g	44.10 g	39.28 g	8.89 g	36.26 g	37.67 g	12.60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		151.27 g	34.96 g	2.60 g	111.36 g	8.00 g	3.95 g	78.72 g	4.50 g	1.42 g	144.37 g	20.00 g	9.91 g	84.96 g	5.08 g	3.62 g
		1,7,(3),(6),(9),(12)			1,7,9,15,(12)			1,7,10,(3),(12)			1,3,7,9			1,7,9,(3),(6),(12)		
Ebéd		B menü Eger Középiskolás 15-18 éves			Vegyes zöldségkrémleves Pirított kenyérkockával Rakott burgonya Vegyesvágottal			Magyaros burgonyagombóc leves Pásztortarhonya Céklasalátával			Lebbencsleves Tejszínes kukoricás sertésragu Párolt rizzsel			Tárkonyos zöldségleves Paradicsomos burgonyafőzelék Sertéssült		
		Energia: 738.64 Kcal / 3,087.52 KJ			Energia: 806.66 Kcal / 3,371.84 KJ			Energia: 669.87 Kcal / 2,800.06 KJ			Energia: 926.01 Kcal / 3,870.72 KJ			Energia: 241.14 Kcal / 1,007.97 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		23.13 g	19.79 g	4.25 g	29.51 g	36.36 g	12.95 g	34.80 g	19.01 g	5.22 g	35.58 g	37.88 g	8.07 g	23.49 g	12.67 g	3.45 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		115.43 g	21.03 g	2.54 g	88.58 g	0.01 g	7.39 g	88.35 g	7.99 g	3.39 g	110.15 g	0.02 g	7.40 g	8.68 g	0.23 g	2.28 g
		1,7,8,(3),(5),(6),(9),(12)			1,3,7,9,15,(10),(12)			1,3,15,(12)			1,7,9,(3)			9,(1),(10)		

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