

Heti étlap 2023.04.24 - 2023.04.28

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	A menü Középisikolás 15-18 éves	Zellerkrém leves Pirított kenyérekocakával Zöldborsós sertésragu Párolt rizzsel			Palócgulyás leves Félbarna kenyérral Káposztás tészta Alma			Kertészleves Rántott sertés szelet Burgonyapürével			Vajgaluska leves Mexikói húsos egytálétel Félbarna kenyérral			Magyaros karalábé leves Sonkás-sajtos rakott tészta		
		Energia: 834.68 Kcal / 3,488.96 Kj			Energia: 799.80 Kcal / 3,343.16 Kj			Energia: 1,134.34 Kcal / 4,741.54 Kj			Energia: 893.23 Kcal / 3,733.70 Kj			Energia: 893.76 Kcal / 3,735.92 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		34.50 g	34.91 g	7.13 g	28.63 g	18.45 g	3.86 g	40.89 g	58.89 g	10.26 g	41.61 g	34.81 g	9.20 g	40.01 g	36.61 g	10.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
94.15 g	0.03 g	5.09 g	128.19 g	5.01 g	4.61 g	108.10 g	0.02 g	6.22 g	102.21 g	0.02 g	5.74 g	103.82 g	0.05 g	6.47 g		
1,7,9			1,7,9,(3)			1,3,7,9			1,3,9,(7)			1,3,7,9				
Ebéd	B menü Középisikolás 15-18 éves	Zellerkrém leves Pirított kenyérekocakával Rakott karfiol bulgurral			Palócgulyás leves Félbarna kenyérral Darafelfűjt Lekvárral Alma			Kertészleves Édes-savanyú csirkeragu Párolt rizzsel			Vajgaluska leves Fasírt Tört burgonyával			Magyaros karalábé leves Bácskai rizseshús		
		Energia: 748.25 Kcal / 3,127.69 Kj			Energia: 1,301.95 Kcal / 5,442.15 Kj			Energia: 644.80 Kcal / 2,695.26 Kj			Energia: 780.85 Kcal / 3,263.95 Kj			Energia: 669.99 Kcal / 2,800.56 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		30.62 g	42.25 g	12.28 g	39.59 g	25.88 g	7.22 g	29.19 g	22.78 g	2.74 g	30.61 g	34.32 g	10.42 g	32.08 g	19.12 g	4.19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
62.41 g	0.02 g	5.09 g	225.41 g	63.59 g	4.46 g	79.86 g	1.36 g	4.85 g	85.39 g	0.02 g	5.00 g	92.38 g	0.05 g	1.51 g		
1,7,9			1,3,7,9,(12)			1,6,9			1,3,9,(7)			1,9				

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