


Heti étlap 2023.05.15 - 2023.05.19

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 Ebéd	A menü Középiskolás 15-18 éves	Almás meggyleves Bácskai rizseshús Sárgarépás káposztasalátával	Kerti zöldségleves Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérral	Sárgaborsóleves Grízes tészta Lekvárral Porcukorral	Tejfölös karalábéleves Hentes tokány Párolt rizzsel	Pirított tésztaleves Tejfölös Zöldbabfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral										
		Energia: 796.85 Kcal / 3,330.83 KJ	Energia: 885.75 Kcal / 3,702.44 KJ	Energia: 819.92 Kcal / 3,427.27 KJ	Energia: 840.03 Kcal / 3,511.33 KJ	Energia: 1,061.76 Kcal / 4,438.16 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		33.28 g	18.91 g	4.22 g	30.24 g	35.20 g	8.66 g	22.44 g	12.80 g	1.72 g	34.94 g	34.55 g	8.59 g	39.36 g	51.57 g	13.66 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
123.69 g	18.98 g	1.98 g	110.42 g	15.01 g	4.52 g	152.76 g	34.96 g	2.37 g	96.44 g	0.02 g	6.33 g	108.47 g	0.02 g	9.28 g		
1,7	1,3,9		1,9,(3),(12)			1,7,9,15,(12)			1,3,7,9							
Ebéd	B menü Középiskolás 15-18 éves	Almás meggyleves Keménylebbencs	Kerti zöldségleves Lecsós sertésragu Bulgur körettel	Sárgaborsóleves Káposztás tészta Porcukorral	Tejfölös karalábéleves Gyöngybabfőzelék Sertéspörkölttel	Pirított tésztaleves Reszelt máj Hagymás törtburgonyával										
		Energia: 643.63 Kcal / 2,690.37 KJ	Energia: 772.38 Kcal / 3,228.55 KJ	Energia: 598.51 Kcal / 2,501.77 KJ	Energia: 726.12 Kcal / 3,035.18 KJ	Energia: 688.21 Kcal / 2,876.72 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		28.47 g	16.77 g	4.45 g	35.05 g	39.33 g	8.44 g	19.74 g	9.77 g	1.41 g	44.62 g	26.89 g	6.95 g	32.49 g	21.65 g	4.44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
95.29 g	12.99 g	2.28 g	73.36 g	0.02 g	4.46 g	107.24 g	15.04 g	3.21 g	77.54 g	1.02 g	4.89 g	88.85 g	0.02 g	11.29 g		
1,7,(3)	1,9		1,9,(3)			1,7,9			1,9,(3)							

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