

Heti étlap 2023.06.05 - 2023.06.09

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 Ebéd	A menü Középiskolás 15-18 éves	Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérrrel Grízes tészta Lekvárral Porcukorral	Póréhagyma krémleves Pirított kenyérkockával Temesvári sertésragu Párolt rizszel	Kukoricagaluska leves Zöldborsó főzelék Fasírttal Félbarna kenyérrrel	Magyaros Karfiolleves Sertéspaprikás Főtt tésztával Görögdinnye	Csontleves Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérrrel										
		Energia: 1,034.84 Kcal / 4,325.63 KJ	Energia: 891.40 Kcal / 3,726.05 KJ	Energia: 1,089.45 Kcal / 4,553.90 KJ	Energia: 781.77 Kcal / 3,267.80 KJ	Energia: 900.95 Kcal / 3,765.97 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		32.83 g	16.70 g	2.55 g	30.26 g	41.85 g	11.66 g	44.95 g	46.03 g	11.48 g	36.76 g	32.79 g	6.62 g	31.55 g	33.67 g	8.43 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
186.62 g	34.91 g	2.54 g	97.31 g	0.01 g	5.63 g	124.13 g	19.99 g	6.27 g	84.02 g	0.01 g	1.61 g	116.42 g	15.03 g	6.56 g		
1,3,(12)			1,7,9			1,3,7,9			1,7,9,(3)			1,3,9				
Ebéd	B menü Középiskolás 15-18 éves	Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérrrel Túrós csusza	Póréhagyma krémleves Pirított kenyérkockával Paprikás burgonya Félbarna kenyérrrel	Kukoricagaluska leves Stroganoff sertésragu Párolt rizszel	Magyaros Karfiolleves Rakott kelkáposzta Görögdinnye	Csontleves Majorannás sertés ragu Főtt tésztával										
		Energia: 779.64 Kcal / 3,258.90 KJ	Energia: 853.90 Kcal / 3,569.30 KJ	Energia: 778.53 Kcal / 3,254.26 KJ	Energia: 629.16 Kcal / 2,629.89 KJ	Energia: 791.36 Kcal / 3,307.88 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		23.79 g	36.66 g	9.10 g	29.11 g	35.46 g	9.61 g	26.48 g	35.17 g	9.53 g	28.17 g	33.91 g	9.98 g	33.13 g	35.42 g	9.72 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
87.31 g	0.00 g	3.89 g	102.58 g	0.01 g	7.78 g	88.47 g	0.01 g	6.33 g	52.16 g	0.01 g	4.44 g	84.12 g	0.04 g	4.91 g		
1,3,7		1,7,9,(6)			1,3,7,9,10,15,(12)			1,7,9		1,3,9						

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