


Heti étlap 2022.08.29 - 2022.09.02

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek					
 <b>Reggeli</b>	<b>Középiskolás 15-18 éves</b>				Csipkebogyó tea Barackleváros Félbarna kenyér Margarinnal Sajtós pogácsa	Gyümölcsjoghurt Kifli Sertés párizsis Félbarna kenyér Margarinnal Paradicsommal					
						Energia: 878.31 Kcal / 3,671.34 KJ	Energia: 823.68 Kcal / 3,442.98 KJ				
						Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
						16.96 g	31.43 g	8.96 g	30.03 g	18.91 g	7.90 g
						Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
				131.11 g	38.68 g	4.10 g	132.49 g	12.99 g	4.75 g		
					1,3,7,(12)	1,7					
<b>Ebéd</b>	<b>Középiskolás 15-18 éves</b>				Zöldborsó leves Bolognai spagettivel Reszelt sajttal	Reszeltészta leves Burgonyafőzelék Stefánia vagdalttal Félbarna kenyérrrel					
						Energia: 865.45 Kcal / 3,617.58 KJ	Energia: 858.24 Kcal / 3,587.44 KJ				
						Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
						42.05 g	35.06 g	10.19 g	35.83 g	43.33 g	9.99 g
						Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
				95.03 g	5.07 g	4.36 g	80.29 g	0.01 g	5.52 g		
					1,7,9,(3)	1,3,7,9					
<b>Vacsora</b>	<b>Középiskolás 15-18 éves</b>				Almás-fahéjas tea Brassói aprópecsenye Csemege uborkával						
						Energia: 877.86 Kcal / 3,669.45 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ				
						Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
						28.33 g	41.34 g	12.43 g	g	g	g
						Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
				95.60 g	19.99 g	5.42 g	g	g	g		
					15,(1),(6),(12)	1,7					

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-puhatestűek             |               |
| 3-tojás  | 6-szója        | 9-zeller           | 12-kéndioxid-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer |               |

**Jó étvágyat kívánunk!**

.....  
**Élelmezésvezető**