

Heti étlap 2022.09.12 - 2022.09.16

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Középiskolás 15-18 éves	Almás-fahéjas tea Zöldfűszeres vajkrém Félbarna kenyér Uborkával Sajtos pogácsa			Vaníliás tej Korpás kifli Sertés párizsis Félbarna kenyér Margarinnal Uborkával			Limonádé Sajtkrém Zala felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Jégcsapretekkel			Citromos tea Padlizsánkrém Korpás kenyér Csirkemell sonkás Zsemle Margarinnal Uborkával			Kakaó Molnárika Soproni felvágottas Zsemle Margarinnal Paradicsommal		
		Energia: 923.25 Kcal / 3,859.19 KJ			Energia: 892.11 Kcal / 3,729.02 KJ			Energia: 626.51 Kcal / 2,618.81 KJ			Energia: 848.34 Kcal / 3,546.06 KJ			Energia: 1,003.38 Kcal / 4,194.13 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		18.57 g	43.47 g	14.89 g	36.11 g	17.82 g	6.73 g	20.88 g	26.53 g	12.93 g	25.61 g	22.61 g	10.16 g	35.24 g	31.16 g	13.01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
113.24 g	19.99 g	3.66 g	146.15 g	19.98 g	4.89 g	75.45 g	16.23 g	3.85 g	134.88 g	19.99 g	3.41 g	144.69 g	17.79 g	4.40 g		
1,3,7			1,7			1,7			1,7,(10)			1,3,7				
Ebéd	Középiskolás 15-18 éves	Kolbászos burgonyaleves Félbarna kenyérral Dejós tészta Alma			Erőleves Rakott brokkoli			Zellerkrém leves Pírtott kenyérgockával Tarhonyáshús Vegyesvágottal			Magyaros csipetkeleves Finomfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Paradicsom leves Rántott sertésszelet Petrezselymes burgonyával Káposztasalátával		
		Energia: 942.57 Kcal / 3,939.94 KJ			Energia: 674.85 Kcal / 2,820.87 KJ			Energia: 865.48 Kcal / 3,617.71 KJ			Energia: 1,067.65 Kcal / 4,462.78 KJ			Energia: 1,332.14 Kcal / 5,568.35 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		29.14 g	23.34 g	3.97 g	29.55 g	41.43 g	10.81 g	41.68 g	33.25 g	7.06 g	41.23 g	47.08 g	12.41 g	40.58 g	59.41 g	8.96 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
152.51 g	20.99 g	4.30 g	47.51 g	0.00 g	8.29 g	98.37 g	0.02 g	3.71 g	117.51 g	4.02 g	9.30 g	157.22 g	45.95 g	9.10 g		
1,8,9,(3),(5)			1,7,9			1,3,7,9,15,(10),(12)			1,3,7,9			1,3,9				
Vacsora	Középiskolás 15-18 éves	Barackos tea Magyaros sertésszelet Tepsis burgonyával Uborkasalátával Alma			Cseresznyés tea Pizzaszelet			Eperes tea Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérral			Erdei gyümölcsstea Hentes tokány Párolt rizszel					
		Energia: 641.64 Kcal / 2,682.06 KJ			Energia: 703.17 Kcal / 2,939.25 KJ			Energia: 718.33 Kcal / 3,002.62 KJ			Energia: 569.61 Kcal / 2,380.97 KJ			Energia: Kcal / 0.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		30.90 g	11.24 g	3.16 g	25.60 g	20.26 g	6.08 g	20.56 g	33.05 g	5.56 g	29.16 g	13.43 g	6.51 g	g	g	g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
101.65 g	25.98 g	2.47 g	103.87 g	20.19 g	2.19 g	84.13 g	22.74 g	4.23 g	82.22 g	14.62 g	4.54 g	g	g	g		
1,3,7			1,3,7			1,3,7,10,(12)			1,7,(9)			1,3,7				

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	

1/1
Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető
2022.09.01 11:36:43 | QB - Élelem