

Heti étlap 2022.12.05 - 2022.12.09

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Középiskolás 15-18 éves	Citromos tea Tavaszi felvágottas Rozskenyér Margarinnal Tejszelet			Csipkebogyó tea Baracklekváros Félbarna kenyér Margarinnal Sertés párizsi			Meggyes tea Olasz felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Vajvas pogácsa			Karamellás tej Kifli Sertés párizsis Félbarna kenyér Margarinnal Paprikával			Barackos tea Póréhagymás sajtkrémes Félbarna kenyér Pizzás csiga		
		Energia: 627.35 Kcal / 2,622.32 KJ			Energia: 788.54 Kcal / 3,296.10 KJ			Energia: 925.47 Kcal / 3,868.46 KJ			Energia: 900.66 Kcal / 3,764.76 KJ			Energia: 891.39 Kcal / 3,726.01 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
		18.57 g	17.41 g	15.27 g	29.07 g	25.24 g	5.93 g	22.29 g	43.75 g	13.54 g	34.60 g	17.63 g	7.19 g	19.24 g	37.23 g	14.60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
98.62 g	35.91 g	2.35 g	110.59 g	43.67 g	5.06 g	109.84 g	19.99 g	5.78 g	150.22 g	24.98 g	4.65 g	118.67 g	29.98 g	4.35 g		
1,3,7			1,3,(7),(12)			1,7,(6),(12)			1,7			1,7,(3),(9)				
Ebéd	Középiskolás 15-18 éves	Tejfőlés zöldbaleves Sertés pörkölt Főtt tésztával Vegyesvágottal			Zöldségkrémleves Levesgyönggyel Rántott sajt Petrezselymes burgonyával Tartármártással Mikulás			Legényfogyó leves Káposztás tészta Alma			Erőleves Rakott karfiol bulgurral			Tojásleves Zöldborsó főzelék Lenmagos Fasírttal Félbarna kenyérral		
		Energia: 788.00 Kcal / 3,293.84 KJ			Energia: 1,692.30 Kcal / 7,073.81 KJ			Energia: 571.37 Kcal / 2,388.33 KJ			Energia: 717.41 Kcal / 2,998.77 KJ			Energia: 1,086.83 Kcal / 4,542.95 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
		36.93 g	32.83 g	6.20 g	43.98 g	119.34 g	30.42 g	24.52 g	11.07 g	2.50 g	30.30 g	41.57 g	11.35 g	45.82 g	47.81 g	11.88 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
85.17 g	0.01 g	3.45 g	109.08 g	1.27 g	7.68 g	93.05 g	15.00 g	2.20 g	57.00 g	0.00 g	8.37 g	118.30 g	19.99 g	6.17 g		
1,7,9,15,(3),(10),(12)			1,3,7,9,10,(12)			1,7,9,(3)			1,3,7,9			1,3,7,9				
Vacsora	Középiskolás 15-18 éves	Almás-fahéjas tea Hot-dog Ketchuppal Mustárral			Cseresznyés tea Csirkemájás rizottó			Epres tea Paradisomos húsgombóc Félbarna kenyér			Epres csipkebogyó tea BBQ Csirkecomb Tört burgonyával					
		Energia: 798.37 Kcal / 3,337.19 KJ			Energia: 774.89 Kcal / 3,239.04 KJ			Energia: 601.60 Kcal / 2,514.69 KJ			Energia: 676.98 Kcal / 2,829.78 KJ			Energia: Kcal / 0.00 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
		26.14 g	26.87 g	9.41 g	39.98 g	19.69 g	5.93 g	29.16 g	13.43 g	6.51 g	57.79 g	13.76 g	3.41 g	g	g	g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
110.35 g	52.27 g	5.49 g	108.34 g	29.98 g	0.83 g	90.21 g	22.61 g	4.54 g	78.96 g	25.69 g	10.93 g	g	g	g		
1,7,10,(9),(12)			7			1,7,(9)			(1),(3),(6),(7),(10),(11)			1,7,(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-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

11
Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmiszevizsgáló
2022.11.28 7:38:12 | QB - Élelem