


Heti étlap 2024.02.19 - 2024.02.23

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek			
Ebéd	Középiskolás 15-18 éves A menü	Magyaros karalábé leves Sajtos tejszínes csirkeragu Párolt rizszel	Fokhagymakrémleves Pírtott kenyérkockával Paprikás burgonya Félbarna kenyérrrel Céklasalátával	Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérrrel Farsangi fánk Mandarin	Kerti zöldségleves Marhapörkölt Tarhonyával Csemege uborkával	Daragaluska leves Burgonyafőzelék Vagdalttal Félbarna kenyérrrel			
		Energia: 869.15 Kcal / 3,633.05 Kj	Energia: 867.55 Kcal / 3,626.36 Kj	Energia: 701.17 Kcal / 2,930.89 Kj	Energia: 591.01 Kcal / 2,470.42 Kj	Energia: 719.89 Kcal / 3,009.14 Kj			
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv			
		44.35 g 36.48 g 8.33 g	27.97 g 41.88 g 11.46 g	21.39 g 27.38 g 5.07 g	23.24 g 27.77 g 6.47 g	24.53 g 32.52 g 7.97 g			
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só			
91.23 g 0.05 g 8.64 g	93.09 g 8.03 g 7.09 g	90.89 g 19.60 g 2.03 g	61.31 g 0.02 g 5.81 g	81.02 g 0.01 g 3.20 g					
1,7,9		1,7,9,15,(6),(12)		1,7,(3),(5),(6),(8),(10),(11)		1,3,9,15,(12)		1,3,7,9	
Ebéd	Középiskolás 15-18 éves B menü	Magyaros karalábéleves Lenmagos húsgolyó Burgonyapürével	Fokhagymakrémleves Pírtott kenyérkockával Rakott brokkoli bulgurral	Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérrrel Sajtos-tejfölös tészta Mandarin	Kerti zöldségleves Rántott sertésszelet Párolt rizszel Káposztasalátával	Daragaluska leves Borsos tokány Főtt tésztával			
		Energia: 802.98 Kcal / 3,356.46 Kj	Energia: 896.10 Kcal / 3,745.70 Kj	Energia: 1,023.58 Kcal / 4,278.56 Kj	Energia: 1,318.71 Kcal / 5,512.21 Kj	Energia: 796.27 Kcal / 3,328.41 Kj			
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv			
		28.41 g 39.87 g 10.74 g	38.51 g 47.92 g 14.09 g	43.03 g 38.07 g 15.15 g	37.30 g 78.52 g 11.15 g	33.86 g 33.23 g 9.64 g			
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só			
81.54 g 0.05 g 4.82 g	79.63 g 0.02 g 4.61 g	125.29 g 0.00 g 2.21 g	113.87 g 6.01 g 5.93 g	89.63 g 0.03 g 5.18 g					
1,3,7,9		1,7		1,7,(3)		1,3,9		1,3,9	

Az étlapváltoztatás igazt 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-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfít | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető