

Heti étlap 2023.11.13 - 2023.11.17

eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	Középiskola 15-18 éves A menü	Sajtgaluska leves Bácskai rizseshús Csemege uborkával			Erőleves Finomfőzelék Lenmagos Fasírttal Félbarna kenyérrrel			Jókai bableves Félbarna kenyérrrel Túrós tészta Pírtott szalonnával Körte			Citromos almaleves Rántott halrúd Burgonyapürével			Zellerkrém leves Levesgyönggyel Bolognai spagetti Reszelt sajttal		
		Energia: 903.65 Kcal / 3,777.26 KJ			Energia: 1,029.63 Kcal / 4,303.85 KJ			Energia: 1,150.74 Kcal / 4,810.09 KJ			Energia: 675.85 Kcal / 2,825.05 KJ			Energia: 1,008.32 Kcal / 4,214.78 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		32.27 g	40.25 g	10.89 g	40.57 g	49.91 g	11.96 g	46.29 g	35.76 g	13.22 g	43.93 g	15.73 g	5.25 g	38.37 g	49.74 g	15.12 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
102.82 g	0.07 g	4.89 g	102.57 g	4.00 g	7.73 g	159.78 g	10.04 g	2.08 g	94.72 g	49.38 g	3.40 g	100.00 g	5.11 g	3.19 g		
1,3,7,9,15,(12)			1,3,7,9			1,7,9,(3)			1,3,4,7			1,7,9,(3),(6),(12)				
Ebéd	Középiskola 15-18 éves B menü	Sajtgaluska leves Mexikói húsos egytálétel Félbarna kenyérrrel			Erőleves Budapest sertésragu Párolt rizzsel			Jókai bableves Félbarna kenyérrrel Gombapaprikás Főtt tésztával Körte			Citromos almaleves Rántott sajt Párolt rizzsel Tartármártással			Zellerkrém leves Levesgyönggyel Pusztapörkölt Vegyesvágottal Félbarna kenyérrrel		
		Energia: 960.89 Kcal / 4,016.52 KJ			Energia: 919.34 Kcal / 3,842.84 KJ			Energia: 1,027.35 Kcal / 4,294.32 KJ			Energia: 1,455.72 Kcal / 6,084.91 KJ			Energia: 818.73 Kcal / 3,422.29 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		45.14 g	37.43 g	9.57 g	29.44 g	47.17 g	9.54 g	41.03 g	27.59 g	6.08 g	36.01 g	96.09 g	13.11 g	28.77 g	46.24 g	12.18 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
110.56 g	0.07 g	4.57 g	93.08 g	0.00 g	8.73 g	153.03 g	0.05 g	3.40 g	115.21 g	23.98 g	7.06 g	69.63 g	0.05 g	5.19 g		

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