

Heti étlap 2024.01.29 - 2024.02.02

 eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			
		Középiskola A menü 15-18év			Középiskola B menü 15-18év			Középiskola A menü 15-18év			Középiskola B menü 15-18év			Középiskola A menü 15-18év			Középiskola B menü 15-18év
Ebéd		Brokkoli krém leves Levesgyönggyel Sertés pörkölt Párolt rizszel			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejbedara Kakaó szórattal			Paradicsom leves Levesbetéttel Sonkás-sajtos rakott tészta			Kukoricagaluska leves Burgonyafőzelék Sült bécsi rudacskával Félbarna kenyérral			Vegyes gyümölcsleves Roston sült csirkemell Vegyes körettel			
		Energia: 878.30 Kcal / 3,671.29 Kj			Energia: 891.87 Kcal / 3,728.02 Kj			Energia: 1,132.77 Kcal / 4,734.98 Kj			Energia: 909.47 Kcal / 3,801.58 Kj			Energia: 726.70 Kcal / 3,037.61 Kj			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		34.86 g	39.93 g	7.81 g	31.57 g	16.32 g	5.23 g	43.06 g	37.57 g	10.08 g	30.25 g	46.32 g	12.73 g	35.96 g	22.47 g	3.63 g	
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
93.65 g	0.30 g	3.93 g	153.41 g	71.43 g	1.95 g	157.19 g	39.96 g	9.12 g	91.60 g	0.01 g	4.92 g	85.79 g	26.20 g	3.68 g			
1,3,7,9			1,7			1,3,7,9			1,3,7,9			1,7,(10)					
Ebéd		Brokkoli krémleves Levesgyönggyel Gyöngybabfőzelék Sült bécsi rudacskával Félbarna kenyérral			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Káposztás tészta			Paradicsom leves Levesbetéttel Gombás sertésszellet Párolt rizszel			Kukoricagaluska leves Rakott karfiol			Vegyes gyümölcsleves, Pásztortarhonya Csemege uborka			
		Energia: 1,034.50 Kcal / 4,324.21 Kj			Energia: 749.54 Kcal / 3,133.08 Kj			Energia: 974.63 Kcal / 4,073.95 Kj			Energia: 705.52 Kcal / 2,949.07 Kj			Energia: 918.46 Kcal / 3,839.16 Kj			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		45.59 g	46.72 g	14.34 g	29.56 g	13.94 g	2.61 g	37.29 g	29.45 g	6.58 g	31.17 g	37.17 g	10.97 g	33.66 g	33.99 g	10.90 g	
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
108.41 g	1.30 g	5.74 g	125.35 g	14.99 g	2.15 g	140.38 g	39.96 g	7.08 g	63.49 g	0.01 g	10.33 g	121.64 g	25.97 g	5.07 g			
1,3,7,9			1,(3)			1,3,7,9			1,3,7,9			1,3,7,15,(12)					

Az étlanváltoztatás 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-csillagfűrt | 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