


Heti étlap 2021.06.21 - 2021.06.25

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola 7-14 éves	Tej Varázs szívószál Gyümölcslekvár Margarin Zsemle			Csipkebogyó tea Diákcsemege Margarin Félbarna kenyér Paradicsom			Mentás limonádé Tavaszi felvágott Margarin Rozskenyér Pórégymakarika Alma			Narancslé Füstölt sajtos brokkolikrém Korpás kenyér			Gyümölcsös joghurt Kifli		
		Energia: 300.44 Kcal / 1,255.84 KJ			Energia: 287.85 Kcal / 1,203.21 KJ			Energia: 327.46 Kcal / 1,368.78 KJ			Energia: 349.28 Kcal / 1,459.99 KJ			Energia: 275.39 Kcal / 1,151.13 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.41 g	5.61 g	2.82 g	8.56 g	6.46 g	2.27 g	10.13 g	8.16 g	7.07 g	5.57 g	12.65 g	5.98 g	9.35 g	6.07 g	3.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
56.32 g	15.42 g	0.94 g	48.63 g	15.99 g	1.73 g	52.39 g	9.99 g	1.34 g	53.42 g	0.00 g	0.73 g	45.25 g	12.99 g	0.90 g		
1,6,7,(12)			1,(7)			1,(7)			1,7			1,7				
Ebéd	Iskola 7-14 éves	Magyaros gombaleves Temesvári pulykaragu Párolt rizszel			Erőleves Zöldborsó főzelék Lenmagos fasírttal és Félbarna kenyérral Mini desszert			Bableves Túrós tészta Porcukorral Alma			Citromos almaleves Rántott sertésszelet Zöldséges bulgurral és Káposztasalátával			Tojásleves Burgonyafőzelék Pulyka pörkölttel és Félbarna kenyérral Tejszelet		
		Energia: 544.68 Kcal / 2,276.76 KJ			Energia: 2,415.99 Kcal / 10,098.84 KJ			Energia: 713.77 Kcal / 2,983.56 KJ			Energia: 872.14 Kcal / 3,645.55 KJ			Energia: 715.48 Kcal / 2,990.71 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		21.01 g	18.66 g	3.51 g	81.21 g	95.18 g	13.40 g	27.27 g	19.99 g	7.17 g	29.04 g	38.20 g	6.61 g	27.22 g	32.94 g	7.29 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
72.85 g	0.01 g	3.01 g	375.90 g	136.99 g	4.29 g	104.72 g	10.00 g	1.78 g	106.25 g	18.99 g	3.93 g	76.43 g	5.94 g	4.39 g		
1,7,9			1,3,7,9,(6),(8),(11),(12)			1,3,7,9			1,3,7			1,3,7,9				
Uzsonna	Iskola 7-14 éves	Pulykamell sonka Margarin Korpás kenyér Uborka			Zöldfűszeres vajkrém Korpás kifli Paprika Alma			Sajtos rúd			Sertés párizsi Margarin Félbarna kenyér Paradicsom			Kenőmájás Graham kenyér Őszibarack		
		Energia: 183.05 Kcal / 765.15 KJ			Energia: 298.03 Kcal / 1,245.77 KJ			Energia: 99.71 Kcal / 416.79 KJ			Energia: 221.69 Kcal / 926.66 KJ			Energia: 325.79 Kcal / 1,361.80 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.34 g	3.23 g	1.17 g	7.05 g	13.46 g	5.87 g	4.84 g	1.40 g	2.19 g	8.56 g	6.30 g	2.29 g	11.10 g	8.87 g	3.03 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.13 g	0.00 g	1.41 g	36.28 g	0.00 g	0.58 g	17.00 g	0.00 g	1.02 g	32.62 g	0.00 g	1.72 g	49.53 g	0.00 g	1.38 g		
1,(7)			1,7			1,7,3,6,(8),(11),(12)			1,(7)			1,(6),(7),(10)				

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

Quadro Byte Zrt

1/1
Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető
2021.06.14 7:02:41 | QB - Élelem