


Heti étlap 2021.08.30 - 2021.09.03

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskolás 7-14 éves	Tej Méz Margarin Graham kenyér			Citromos tea Májusi csemege Margarin Félbarna kenyér Paradicsom			Narancslé Magyaros vajkrém Korpás kenyér Paprika			Karamellás tej Kalács			Csipkebogyó tea Kockasajt Kifli Szilva		
		Energia: 339.79 Kcal / 1,420.32 KJ			Energia: 282.91 Kcal / 1,182.56 KJ			Energia: 350.97 Kcal / 1,467.05 KJ			Energia: 389.14 Kcal / 1,626.61 KJ			Energia: 352.29 Kcal / 1,472.57 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.94 g	5.60 g	2.53 g	9.35 g	7.06 g	2.56 g	5.59 g	12.45 g	5.80 g	13.87 g	9.31 g	4.23 g	12.78 g	13.50 g	7.54 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
59.20 g	16.20 g	1.36 g	45.29 g	11.99 g	1.82 g	54.26 g	0.00 g	0.70 g	62.00 g	16.69 g	0.90 g	44.00 g	15.99 g	1.82 g		
1,7			1,(7)			1,7			1,3,7			1,7				
Ebéd	Iskolás 7-14 éves	Meggyes Almaleves BBQ Csirkecomb Párolt rizszel és Káposztasalátával			Kerti zöldségleves Zöldbabfőzelék Vagdalttal és Félbarna kenyérral Mini desszert			Csontleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal Alma			Fokhagymakrémleves Pírtott kenyérkocka Bugaci sertésragu Tarhonya körettel Túró Rudi			Magyaros karalábé leves Rakott burgonya Vitaminálátával		
		Energia: 740.40 Kcal / 3,094.87 KJ			Energia: 2,102.37 Kcal / 8,787.91 KJ			Energia: 613.44 Kcal / 2,564.18 KJ			Energia: 940.35 Kcal / 3,930.66 KJ			Energia: 534.12 Kcal / 2,232.62 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		51.00 g	19.81 g	4.63 g	57.99 g	109.79 g	12.88 g	28.21 g	18.87 g	6.04 g	31.39 g	54.19 g	13.97 g	20.35 g	20.68 g	7.94 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
91.55 g	17.50 g	8.58 g	336.13 g	117.02 g	5.03 g	81.41 g	2.04 g	1.63 g	81.12 g	3.00 g	4.89 g	65.66 g	5.04 g	4.90 g		
1,7,(3),(6),(10),(11)			1,3,7,9,(6),(8),(11),(12)			1,3,7,9			1,3,7			1,3,7,9				
Uzsonna	Iskolás 7-14 éves	Csokoládékrémes rúd Sárgadinnye			Tzatzikis sajtkrém Zsemle Póréhagymakarika Alma			Sajtkrémes rúd			Baromfi párizsi Margarin Rozskenyér Jégcsapretek			Toast felvágott, Margarin Korpás zsemle Uborka		
		Energia: 426.03 Kcal / 1,780.81 KJ			Energia: 308.52 Kcal / 1,289.61 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 239.95 Kcal / 1,002.99 KJ			Energia: 204.42 Kcal / 854.48 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.16 g	26.61 g	10.07 g	7.34 g	12.56 g	7.00 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	9.96 g	8.57 g	7.49 g	11.78 g	4.51 g	1.76 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33.91 g	0.00 g	1.41 g	40.66 g	0.00 g	0.88 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	30.79 g	4.68 g	1.45 g	29.13 g	0.00 g	0.91 g		
1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,7			1,7			1,(7)			1,(7)				

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

1/1

Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető