

Heti étlap 2023.04.10 - 2023.04.14

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek								
eatrend	Tízórai	ÜNNEPNAP	Gyümölcsle Margarinos Félbarna kenyér Sertés párizsival	Citromos tea Helyben készült póréhagymás sajtkrém Félbarna kenyér	Almás-fahéjas tea Magyaros vajkrém Félbarna kenyér Póréhagymakarikákkal	Barackos tea Margarinos Korpás kenyér Olasz felvágottal								
			Energia: 338.53 Kcal / 1,415.06 KJ	Energia: 351.19 Kcal / 1,467.97 KJ	Energia: 408.55 Kcal / 1,707.74 KJ	Energia: 348.82 Kcal / 1,458.07 KJ								
			Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
			9.99 g	8.06 g	2.96 g	6.80 g	12.64 g	5.80 g	7.22 g	12.70 g	5.80 g	8.26 g	11.64 g	4.34 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
	56.84 g	0.00 g	1.94 g	52.10 g	19.98 g	1.20 g	65.03 g	32.03 g	1.20 g	52.44 g	24.98 g	2.02 g		
	1,(7)		1,7		1,7		1,(7)							
Ebéd	Iskolás 11-14 éves	Zellerleves Olaszos rakott tészta Alma	Csontleves Klasszikus paradicsomos káposzta főzelék Sertéssülttel Félbarna kenyérral	Szárazbaleves csipetkével Félbarna kenyérral Tejberizs Kakaó szóráttal Alma	Rántottleves Pírtott kenyérkockával Tejfölös zöldbabfőzelék Sertés pörkölttel Félbarna kenyérral									
		Energia: 673.79 Kcal / 2,816.44 KJ	Energia: 395.67 Kcal / 1,653.90 KJ	Energia: 681.06 Kcal / 2,846.83 KJ	Energia: 488.14 Kcal / 2,040.43 KJ									
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
		24.89 g	28.91 g	7.79 g	19.47 g	16.79 g	3.08 g	22.41 g	9.59 g	2.90 g	23.18 g	21.63 g	4.53 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
	77.73 g	0.89 g	3.92 g	41.36 g	12.22 g	2.77 g	125.38 g	29.48 g	2.89 g	49.64 g	0.04 g	3.28 g		
	1,3,7,9		1,3,9,(10)		1,7,9		1,7,9							
Uzsonna	Iskolás 11-14 éves	Helyben sült kakaós csiga Alma	Helyben sült sajttal szórt pogácsa	Margarinos Korpás kenyér Turista felvágottal	Helyben sült rácsos túros táska									
		Energia: 243.72 Kcal / 1,018.75 KJ	Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ	Energia: 233.41 Kcal / 975.65 KJ	Energia: 153.89 Kcal / 643.26 KJ									
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
		3.77 g	12.36 g	4.03 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g	8.50 g	9.92 g	3.62 g	3.78 g	8.64 g	2.63 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
	28.52 g	5.90 g	0.39 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g	27.45 g	0.00 g	1.71 g	15.08 g	4.00 g	0.31 g		
	1,7,(3)		1,3,7		1,(7)		1,7,(3),(6),(12)							

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,l	10-mustár	13-csillagfürt
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	14-mesterséges édesítőszer
Quadro Byte Zrt				Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető
2023.04.03 12:35:16 | QB - Élelem