

Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.05.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap	
<b>eatrend</b>	<b>Reggeli</b>	<b>Felnőtt</b>	Macikavé Kifli	Barackos tea Korpás kenyér Kenőmájással Kígyóborkával	Csipkebogyós tea Magyaros vajkrémes Félbarna kenyér Paprikával	Citromos tea Álomsonka krémes Graham kenyér	Tej Fatörzs kifli	Epres tea Zsíros kenyér Lilahagymával	Tej Kalács
		Energia: 525.10 Kcal / 2,194.92 KJ	Energia: 525.63 Kcal / 2,197.13 KJ	Energia: 572.55 Kcal / 2,393.26 KJ	Energia: 567.65 Kcal / 2,372.78 KJ	Energia: 677.53 Kcal / 2,832.08 KJ	Energia: 678.38 Kcal / 2,835.63 KJ	Energia: 629.37 Kcal / 2,630.77 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	
		17.74 g 5.06 g 2.64 g	14.12 g 11.69 g 4.34 g	13.50 g 17.37 g 8.09 g	15.79 g 13.30 g 5.70 g	24.20 g 17.00 g 7.58 g	12.40 g 31.18 g 11.45 g	24.35 g 17.12 g 7.64 g	
Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só	
101.54 g 39.96 g 1.22 g		90.23 g 34.38 g 1.86 g		89.76 g 24.98 g 0.01 g		95.40 g 29.98 g 2.20 g		106.14 g 21.50 g 1.64 g	
1,7		1,(6),(7),(10)		1,7		1,7		1,3,7	
<b>Ebéd</b>	<b>Felnőtt</b>	Magyaros karfiolleves	Tavaszi zöldségleves	Zellerkrémes Pírtott kenyérrackával	Palócgulyásleves Félbarna kenyérral	Erdei gyümölcsleves	Alföldi gulyásleves	Vajgaluskaleves	
		Carbonara spagetti Reszelt sajttal	Budapest sertésragu Párolt rizsszel	Finomfőzelék Lenmagos fasírttal Félbarna kenyérral	Ízes derelye Porcukorral Alma	Sült csirkecomb Rizizivel Csemege uborkával	Stíriai metélt	Gombás sertésszelet Főtt tésztával	
		Energia: 799.28 Kcal / 3,340.99 KJ	Energia: 852.59 Kcal / 3,563.83 KJ	Energia: 1,125.15 Kcal / 4,703.13 KJ	Energia: 883.85 Kcal / 3,694.49 KJ	Energia: 1,010.09 Kcal / 4,222.18 KJ	Energia: 885.40 Kcal / 3,700.97 KJ	Energia: 700.44 Kcal / 2,927.84 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	
45.23 g 30.17 g 10.88 g	29.70 g 40.86 g 8.91 g	42.47 g 51.48 g 13.36 g	29.21 g 32.26 g 6.15 g	64.99 g 26.57 g 7.48 g	42.24 g 32.55 g 12.86 g	37.00 g 26.47 g 6.78 g			
Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só	
86.58 g 0.01 g 4.81 g		90.81 g 0.01 g 5.75 g		120.19 g 9.99 g 4.75 g		112.12 g 15.32 g 4.15 g		126.42 g 26.20 g 6.51 g	
1,3,7,9,(6),(10),(11)		1,3,9		1,3,7,9		1,3,7,9		1,7,15,(10),(12)	
<b>Uzsonna</b>	<b>Felnőtt</b>	Sonka szalámis Rozskenyér Margarinnal Paprikával	Zsemle Kockasajttal	Kefir Korpás kiflivel	Vaniliakrémes rúd	Bécsi felvágottas Korpás zsemle Margarinnal Jégcsapretekkel	Rácsos túrós táska	Barackleváros Félbarna kenyér Margarinnal	
		Energia: 194.22 Kcal / 811.84 KJ	Energia: 287.22 Kcal / 1,200.58 KJ	Energia: 192.14 Kcal / 803.15 KJ	Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ	Energia: 258.57 Kcal / 1,080.82 KJ	Energia: 308.00 Kcal / 1,287.44 KJ	Energia: 230.29 Kcal / 962.61 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	
		8.97 g 3.59 g 5.56 g	13.06 g 12.85 g 7.57 g	12.14 g 0.97 g 0.18 g	11.71 g 26.46 g 10.07 g	9.14 g 11.62 g 4.48 g	8.97 g 18.46 g 5.70 g	5.98 g 2.60 g 1.08 g	
Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só	
31.47 g 0.00 g 1.08 g		29.50 g 0.00 g 1.46 g		33.48 g 0.00 g 1.16 g		19.66 g 0.00 g 1.38 g		29.38 g 4.68 g 1.84 g	
1,(7)		1,7		1,7		1,(7)		1,3,6,7,(8),(11),(12)	
<b>Vacsora</b>	<b>Felnőtt</b>	Orly csirkemell Petrezselymes burgonyával	Bundás kenyér Fokhagymás tejföllel	Rozskenyér Reszelt füstölt sajttal Margarinnal	Sült bécsi virsli Félbarna kenyérral Mustárral	Zöldbabfőzelék Sertésülttel Félbarna kenyérral	Almás-fahéjas tea Turista felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal	Csipkebogyós tea Füstölt kolbászos Zsemle Margarinnal Paradicsommal	
		Energia: 873.14 Kcal / 3,649.73 KJ	Energia: 503.05 Kcal / 2,102.75 KJ	Energia: 492.26 Kcal / 2,057.65 KJ	Energia: 369.51 Kcal / 1,544.55 KJ	Energia: 954.14 Kcal / 3,988.31 KJ	Energia: 631.98 Kcal / 2,641.68 KJ	Energia: 477.63 Kcal / 1,996.49 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	
		35.86 g 28.05 g 6.42 g	19.09 g 16.68 g 7.78 g	23.20 g 17.40 g 17.98 g	28.47 g 48.22 g 9.66 g	41.87 g 32.52 g 6.33 g	18.10 g 15.33 g 5.79 g	13.16 g 9.91 g 4.00 g	
Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só	
73.22 g 0.00 g 2.49 g		68.55 g 0.00 g 1.05 g		60.52 g 0.00 g 2.49 g		69.60 g 0.00 g 0.57 g		123.90 g 30.20 g 1.29 g	
1,10,(12)		1,3,7		1,7		1,10,(12)		1,7,(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          | 10-mustár       | 13-csilagfűrt              | 16-édesgyökér |
| 2-rák    | 5-földimogyoró | 11-szszám       | 14-puhatestűek             |               |
| 3-tojás  | 6-szója        | 12-kéndioxid-sz | 15-mesterséges édesítőszer |               |

Jó étvágyat kívánunk!



Élelmezésvezető