


Heti étlap 2024.09.09. - 2024.09.13.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Középiskola "A" menü	Tej Kaláccsal			Mentás limonádé Tonhalkrémes Rozskenyér Paprikával			Karamellás tej Kiflivel			Tea barackos Paprikás szalámi Margarinos Félbarna kenyérrrel Uborkával			Narancsos limonádé Fokhagymás felvágott Margarinos Rozskenyérrrel Paprikával		
		Energia: 605.11 Kcal / 2,529.36 KJ			Energia: 582.96 Kcal / 2,436.77 KJ			Energia: 464.53 Kcal / 1,941.74 KJ			Energia: 517.16 Kcal / 2,161.73 KJ			Energia: 529.19 Kcal / 2,212.01 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		22.65 g	16.37 g	7.24 g	13.96 g	26.24 g	16.22 g	17.72 g	5.06 g	2.64 g	16.23 g	14.42 g	1.81 g	18.03 g	18.59 g	15.42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
91.08 g	8.39 g	1.58 g	71.58 g	9.99 g	1.43 g	86.48 g	24.98 g	1.22 g	80.47 g	22.83 g	2.54 g	72.04 g	10.13 g	3.20 g		
1,3,7			1,3,4,7,10			1,7			1,(7)			1,(7)				
Ébéd	Középiskola "A" menü	Tárkonyos zöldségleves Sertéspaprikás Szarvacská tésztával			Magyaros burgonyaleves Sült bécsi virsli Lencsefőzelékkel Félbarna kenyérrrel			Csontleves Cérumetéllel Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával Félbarna kenyérrrel			BrokkolikréMLEVES Pírtott kenyérkockával Csikós tokány Párolt rizzsel Alma			Minestrone leves Carbonara spagetti Reszelt sajttal		
		Energia: 924.50 Kcal / 3,864.41 KJ			Energia: 706.34 Kcal / 2,952.50 KJ			Energia: 901.55 Kcal / 3,768.48 KJ			Energia: 971.17 Kcal / 4,059.49 KJ			Energia: 913.43 Kcal / 3,818.14 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		37.68 g	49.55 g	13.23 g	41.25 g	46.57 g	13.96 g	31.58 g	33.68 g	8.61 g	32.43 g	49.68 g	12.22 g	51.29 g	40.82 g	15.08 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
81.18 g	0.02 g	3.04 g	98.80 g	6.01 g	2.75 g	116.51 g	15.03 g	5.76 g	97.41 g	0.04 g	5.18 g	85.25 g	0.01 g	8.53 g		
1,3,7,9			1,7,9,10,(12)			1,3,9			1,7,9			1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)				
Uzsonna	Középiskola "A" menü	Pulykamell sonka Margarinos Korpás kenyérrrel Uborkával			Sajtkrémes rúd			Bécsi felvágott Margarinos Korpás kenyérrrel Salátalevéllal			Zöldfűszeres kockasajt Korpás kiflivel			Sonkás-Kukoricás pizzaszelet		
		Energia: 341.63 Kcal / 1,428.01 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 427.67 Kcal / 1,787.66 KJ			Energia: 326.82 Kcal / 1,366.11 KJ			Energia: 616.53 Kcal / 2,577.10 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.08 g	5.88 g	2.17 g	15.98 g	4.62 g	7.22 g	13.45 g	17.06 g	1.80 g	17.02 g	5.84 g	2.48 g	25.26 g	19.77 g	6.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
57.08 g	0.00 g	2.38 g	66.56 g	0.00 g	3.38 g	54.97 g	0.00 g	1.52 g	50.96 g	0.00 g	1.50 g	84.05 g	0.20 g	2.18 g		
1,(7)			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-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges élesztőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
2730 Ajkaiúti Á. Postai út 68
Csoporthoz adós szám: 17760408-5-13
Adószám: 9393560-4-13

Élelmezésvezető