


Heti étlap 2023.09.18 - 2023.09.22

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Reggeli	Losontzi Iskolás 11-14 éves	Citromos tea Kópé felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal	Limonádé Kolbászkrémes Félbarna kenyér	Tej Mogyorókrémes Kifli	Narancsos limonádé Házi sajtkrémes Rozskenyér Paradicsommal Szilva	Vaníliás tej Briós
		Energia: 301.78 Kcal / 1,261.44 KJ	Energia: 308.55 Kcal / 1,289.74 KJ	Energia: 367.01 Kcal / 1,534.10 KJ	Energia: 296.18 Kcal / 1,238.03 KJ	Energia: 317.84 Kcal / 1,328.57 KJ
		Fehérje 9.79 g Zsír 7.55 g T.Zsír 2.69 g Szénhidrát 48.46 g Cukor 25.97 g Só 0.74 g	Fehérje 7.18 g Zsír 12.06 g T.Zsír 5.59 g Szénhidrát 42.19 g Cukor 9.99 g Só 0.12 g	Fehérje 12.51 g Zsír 12.58 g T.Zsír 1.93 g Szénhidrát 50.50 g Cukor 14.40 g Só 0.68 g	Fehérje 8.17 g Zsír 9.14 g T.Zsír 8.50 g Szénhidrát 44.40 g Cukor 10.13 g Só 0.91 g	Fehérje 10.42 g Zsír 6.23 g T.Zsír 2.95 g Szénhidrát 54.66 g Cukor 25.52 g Só 0.59 g
		1,(7)	1,7	1,5,6,7,8	1,7	1,3,7
Tízórai	Losontzi Iskolás 11-14 éves	Vaníliás táska	Zöldfűszeres vajkrémes Kifli	Májusi csemegés Zsemle Margarinnal	Kópé felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal	Fokhagymás felvágottas Zsemle Margarinnal
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ	Energia: 223.22 Kcal / 933.06 KJ	Energia: 208.94 Kcal / 873.37 KJ	Energia: 196.75 Kcal / 822.42 KJ	Energia: 254.34 Kcal / 1,063.14 KJ
		Fehérje 11.71 g Zsír 26.46 g T.Zsír 10.07 g Szénhidrát 19.66 g Cukor 0.00 g Só 1.38 g	Fehérje 4.51 g Zsír 12.28 g T.Zsír 5.90 g Szénhidrát 23.40 g Cukor 0.00 g Só 0.41 g	Fehérje 7.80 g Zsír 6.74 g T.Zsír 2.68 g Szénhidrát 29.21 g Cukor 0.00 g Só 1.13 g	Fehérje 7.71 g Zsír 7.12 g T.Zsír 2.65 g Szénhidrát 25.42 g Cukor 5.99 g Só 1.30 g	Fehérje 8.81 g Zsír 11.59 g T.Zsír 4.47 g Szénhidrát 28.59 g Cukor 0.00 g Só 1.83 g
		1,7,(3),(6),(12)	1,7	1,(7)	1,(7)	1,(7)
Ebéd	Losontzi Iskolás 11-14 éves	Jókai bableves Félbarna kenyérral Burgonyás tészta Vitaminsalátával	Paradicsom leves Roston sült csirkemell Vegyes körettel	Zellerkrém leves Pírtott kenyérkockával Rántott halfilé Burgonyapürével Uborkasalátával	Tojásleves Vadas sertésszelet Szarvacska tésztával Körte	Tejfölös gombaleves Rakott zöldbab bulgarral
		Energia: 846.47 Kcal / 3,538.24 KJ	Energia: 644.52 Kcal / 2,694.09 KJ	Energia: 930.16 Kcal / 3,888.07 KJ	Energia: 575.04 Kcal / 2,403.67 KJ	Energia: 532.98 Kcal / 2,227.86 KJ
		Fehérje 30.08 g Zsír 20.47 g T.Zsír 4.17 g Szénhidrát 134.11 g Cukor 5.04 g Só 3.78 g	Fehérje 27.76 g Zsír 13.30 g T.Zsír 1.62 g Szénhidrát 91.70 g Cukor 32.15 g Só 5.42 g	Fehérje 25.98 g Zsír 53.44 g T.Zsír 9.10 g Szénhidrát 83.43 g Cukor 11.61 g Só 4.72 g	Fehérje 27.83 g Zsír 17.68 g T.Zsír 3.86 g Szénhidrát 75.28 g Cukor 0.61 g Só 2.97 g	Fehérje 24.75 g Zsír 22.27 g T.Zsír 7.29 g Szénhidrát 59.69 g Cukor 0.03 g Só 1.95 g
		1,7,9,(3)	1,3,9,(10)	1,3,4,7,9	1,3,7,9,10,(12)	1,3,7,9
Uzsonna	Losontzi Iskolás 11-14 éves	Sajtkrémes rúd	Májusi csemegés Korpás zsemle Margarinnal Uborkával	Soproni felvágottas Rozskenyér Delma margarinnal Alma	Csokoládékrémes rúd	Füstölt pulyka párizsis Rozskenyér Delma margarinnal Paprikával
		Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ	Energia: 212.47 Kcal / 888.12 KJ	Energia: 328.89 Kcal / 1,374.76 KJ	Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ	Energia: 224.79 Kcal / 939.62 KJ
		Fehérje 7.99 g Zsír 2.31 g T.Zsír 3.61 g Szénhidrát 33.28 g Cukor 0.00 g Só 1.69 g	Fehérje 8.10 g Zsír 6.77 g T.Zsír 2.90 g Szénhidrát 29.72 g Cukor 3.30 g Só 1.14 g	Fehérje 10.27 g Zsír 14.73 g T.Zsír 8.58 g Szénhidrát 38.04 g Cukor 0.00 g Só 1.95 g	Fehérje 11.71 g Zsír 26.46 g T.Zsír 10.07 g Szénhidrát 19.66 g Cukor 0.00 g Só 1.38 g	Fehérje 8.30 g Zsír 8.62 g T.Zsír 6.52 g Szénhidrát 28.39 g Cukor 0.00 g Só 1.13 g
		1,7	1,(7)	1,(7)	1,7,(3),(6),(8),(11),(12)	1,(6),(7)
Vacsora	Losontzi Iskolás 11-14 éves	Gyümölcsös tea Parasztvacsora	Limonádé Bundás kenyér Fokhagymás tejföllel	Gyümölcsös tea Zöldséges rizottó	Limonádé Hot-dog Ketchuppal Mustárral	
		Energia: 1,059.29 Kcal / 4,427.83 KJ	Energia: 310.37 Kcal / 1,297.35 KJ	Energia: 455.52 Kcal / 1,904.07 KJ	Energia: 346.85 Kcal / 1,449.83 KJ	Energia: 0 Kcal / 0 KJ
		Fehérje 23.97 g Zsír 64.26 g T.Zsír 23.60 g Szénhidrát 94.11 g Cukor 19.99 g Só 3.37 g	Fehérje 9.34 g Zsír 9.86 g T.Zsír 4.76 g Szénhidrát 45.43 g Cukor 9.99 g Só 1.72 g	Fehérje 11.20 g Zsír 12.38 g T.Zsír 3.39 g Szénhidrát 74.38 g Cukor 19.99 g Só 2.36 g	Fehérje 12.85 g Zsír 13.68 g T.Zsír 4.70 g Szénhidrát 42.40 g Cukor 12.79 g Só 2.94 g	Fehérje 0 g Zsír 0 g T.Zsír 0 g Szénhidrát 0 g Cukor 0 g Só 0 g
		1,3	1,3,7	7	1,7,10,(9),(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,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
2023.09.12 8:08:14 | QB - Élelem