


Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Középkiskola 15-18 éves	Tej, Mézes Margarinos, Félbarna kenyér, Fatörzs kifli			Erdei gyümölcsös tea Diákcsemegés Margarinos Félbarna kenyér Paradicsommal Müzliszelet			Barackos tea, Natúr vajkrémes Zsemle, Fahéjas csiga			Citromos tea, Majonézes tojáskrémes Rozskenyér, Kukoricás pogácsa			Kakaó, Kalács, Natúr sajtkrémes Zsemle		
		Energia: 675.91 Kcal / 2,825.30 KJ			Energia: 549.53 Kcal / 2,297.04 KJ			Energia: 695.19 Kcal / 2,905.89 KJ			Energia: 804.49 Kcal / 3,362.77 KJ			Energia: 844.63 Kcal / 3,530.55 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		25.30 g	23.76 g	8.83 g	17.58 g	12.10 g	4.28 g	15.12 g	21.46 g	9.08 g	17.96 g	34.65 g	12.62 g	27.45 g	26.49 g	14.25 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
89.81 g	10.75 g	2.87 g	92.18 g	15.00 g	3.03 g	109.44 g	24.99 g	1.20 g	104.88 g	19.99 g	2.19 g	123.10 g	17.18 g	2.44 g		
1,3,7			1,(5),(6),(7),(8),(11),(12)			1,7			1,3,7,10,(12)			1,3,7				
Ebéd	Középkiskola 15-18 éves	Füstölt sajtos karfiolkremleves Levesgyönggyel Rántott halrúd Kukoricás rizzsel Tartármártással			Vajgaluskaleves Zöldborsós sertésragu Tarhonya körettel			Paradicsomleves Levesbetéttel Gyros tál Vitaminsalátával			Jókai bableves Félbarna kenyérral Prézlis nudli Lekvárral Porcukorral Alma			Csontleves Levesbetéttel Burgonyafőzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral		
		Energia: 1,347.37 Kcal / 5,632.01 KJ			Energia: 783.76 Kcal / 3,276.12 KJ			Energia: 1,210.89 Kcal / 5,061.52 KJ			Energia: 1,174.44 Kcal / 4,909.16 KJ			Energia: 772.86 Kcal / 3,230.55 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		49.04 g	82.22 g	14.93 g	30.41 g	36.05 g	11.42 g	49.78 g	28.13 g	8.03 g	38.77 g	16.29 g	3.62 g	37.14 g	43.97 g	12.08 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
101.60 g	22.93 g	2.65 g	83.33 g	0.23 g	4.82 g	187.10 g	40.17 g	5.06 g	214.49 g	50.53 g	4.69 g	124.91 g	0.04 g	8.85 g		
1,3,4,7,9,10,(6),(11),(12)			1,3,9,(7)			1,3,7,9,(10)			1,7,9,(12)			1,3,7,9				
Vacsora	Középkiskola 15-18 éves	Citromos tea, Főtt-füstölt tarja szelet, Natúr vajkrém, Graham kenyér, Paradicsommal			Cseresznyés tea, Óvári sertésszelet, Petrezselymes burgonyával			Csipkebogyós tea, Milánói makaróni Reszelt sajttal			Málnás tea, Töltött háromszög					
		Energia: 724.37 Kcal / 3,027.87 KJ			Energia: 805.14 Kcal / 3,365.49 KJ			Energia: 832.12 Kcal / 3,478.26 KJ			Energia: 904.89 Kcal / 3,782.44 KJ			Energia: Kcal / 0.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		28.28 g	24.33 g	3.89 g	39.60 g	32.85 g	8.63 g	40.45 g	28.60 g	9.22 g	42.12 g	25.68 g	3.98 g	g	g	g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
97.09 g	19.99 g	2.08 g	87.00 g	19.99 g	6.22 g	102.14 g	24.99 g	3.94 g	125.86 g	19.99 g	0.54 g	g	g	g		
1,7			1,7			1,7,(3)			1,3,7			1,3,7				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

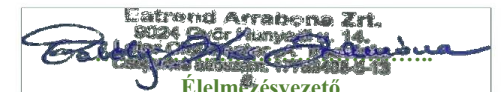
Allergén lista (kód-allergén)

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-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Quadro Byte Zrt

Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!



2024.04.15. 14:20:20 | QB - Élelem