

Heti étlap 2023.09.18 - 2023.09.24

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap	
eatrend	Reggeli	Tej Mogyorókrém Kifli Margarinos Félbarna kenyér Csemege szaláival	Limonádé Házi kolbászkremes Félbarna kenyér Paprikával Margarinos Zsemle Soproni felvágottal	Citromos tea Margarinos Korpás kenyér Sajt szelettel Szerencse felvágottal Paradicsommal	Vanília tej Briós Margarinos Félbarna kenyér Toast felvágottal Jégcsapretekkel	Narancsos limonádé Házi sajtkrém Rozskenyér Paradicsommal Helyben sült vaniliakrém rúd	Tea Sült bécsi rudacska Korpás kifivel Ketchuppal Mustárral	Tea Margarinos Félbarna kenyér Toast felvágottal Paradicsommal	
		Energia: 613.61 Kcal / 2,564.89 KJ	Energia: 568.77 Kcal / 2,377.46 KJ	Energia: 368.76 Kcal / 1,541.42 KJ	Energia: 541.54 Kcal / 2,263.64 KJ	Energia: 647.27 Kcal / 2,705.59 KJ	Energia: 410.70 Kcal / 1,716.73 KJ	Energia: 307.63 Kcal / 1,285.89 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	
		21.33 g 22.05 g 5.43 g	16.35 g 23.74 g 10.06 g	13.18 g 13.23 g 6.35 g	23.41 g 10.99 g 4.77 g	19.82 g 34.99 g 18.95 g	14.53 g 15.09 g 4.77 g	13.09 g 4.82 g 1.82 g	
Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só	
81.93 g 14.40 g 1.34 g		71.68 g 9.99 g 1.50 g		48.95 g 19.98 g 1.84 g		86.95 g 30.20 g 0.99 g		62.35 g 10.13 g 2.34 g	
1,5,6,7,8		1,7		1,7		1,3,7		1,7,(3),(6),(12)	
Tízórai	Bagolyvár 11-14 éves	Helyben sült sajtkrém rúd	Zöldfűszeres vajkrém Kifli	Margarinos Zsemle Májusi csemegével	Margarinos Korpás kenyér Köpé felvágottal	Margarinos Zsemle Fokhagymás felvágottal	Póréhagymás vajkrém Kifli	Burgonyás pogácsa	
		Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ	Energia: 223.22 Kcal / 933.06 KJ	Energia: 208.94 Kcal / 873.37 KJ	Energia: 207.50 Kcal / 867.35 KJ	Energia: 254.34 Kcal / 1,063.14 KJ	Energia: 223.96 Kcal / 936.15 KJ	Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	
		7.99 g 2.31 g 3.61 g	4.51 g 12.28 g 5.90 g	7.80 g 6.74 g 2.68 g	8.04 g 7.15 g 2.65 g	8.81 g 11.59 g 4.47 g	4.55 g 12.29 g 5.90 g	2.46 g 13.10 g 3.58 g	
Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só	
33.28 g 0.00 g 1.69 g		23.40 g 0.00 g 0.41 g		29.21 g 0.00 g 0.68 g		27.70 g 5.99 g 1.36 g		28.59 g 0.00 g 1.38 g	
1,7		1,7		1,(7)		1,(7)		1,(7)	
Ebéd	Bagolyvár 11-14 éves	Jókai bableves Félbarna kenyérral Burgonyás tészta Vitaminalátával	Paradicsom leves Roston sült csirkemell Párolt rizzzel Párolt zöldséggel	Zellerkrém leves Piritott kenyérkockával Rántott halfilé Burgonyapürével Uborkasalátával	Erdőleves Rakott zöldbab bulgurral Szilva	Tojásleves Vadas sertés szelet Főtt tésztával	Kertészleves Székelykáposzta Félbarna kenyérral	Csontleves Rántott csirkemell Rizi-bizivel Káposztasalátával	
		Energia: 846.47 Kcal / 3,538.24 KJ	Energia: 799.58 Kcal / 3,342.24 KJ	Energia: 930.16 Kcal / 3,888.07 KJ	Energia: 560.80 Kcal / 2,344.14 KJ	Energia: 471.17 Kcal / 1,969.49 KJ	Energia: 477.50 Kcal / 1,995.95 KJ	Energia: 900.82 Kcal / 3,765.43 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	
		30.08 g 20.47 g 4.17 g	30.76 g 16.19 g 1.96 g	25.98 g 53.44 g 9.10 g	23.30 g 26.71 g 7.18 g	24.08 g 14.78 g 3.29 g	19.00 g 30.00 g 11.59 g	31.25 g 40.92 g 4.86 g	
Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só	
134.11 g 5.04 g 3.78 g		120.77 g 32.15 g 5.03 g		83.43 g 11.61 g 4.72 g		58.08 g 0.00 g 1.34 g		59.88 g 0.61 g 2.54 g	
1,7,9,(3)		1,3,9,(10)		1,3,4,7,9		1,3,7,9		1,3,7,9,10,(12)	
Uzsonna	Bagolyvár 11-14 éves	Margarinos Rozskenyér Soproni felvágottal Paprikával	Margarinos Korpás zsemle Májusi csemegével Uborkával	Helyben sült sajtkrém rúd	Margarinos Rozskenyér Füstölt pulyka párizsival Paprikával	Mini csokoládéarabos kuglóf Alma	Helyben sült sajtos pogácsa	Magyaros vajkrém Korpás zsemle	
		Energia: 278.08 Kcal / 1,162.37 KJ	Energia: 212.47 Kcal / 888.12 KJ	Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ	Energia: 220.28 Kcal / 920.77 KJ	Energia: 466.20 Kcal / 1,948.72 KJ	Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ	Energia: 250.54 Kcal / 1,047.26 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	
		10.53 g 12.41 g 8.86 g	8.10 g 6.77 g 2.90 g	7.99 g 2.31 g 3.61 g	8.80 g 6.81 g 6.80 g	10.14 g 17.50 g 12.20 g	2.46 g 13.10 g 3.58 g	5.45 g 12.35 g 5.93 g	
Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só	
30.93 g 0.00 g 2.02 g		29.72 g 3.30 g 1.14 g		33.28 g 0.00 g 1.69 g		30.88 g 0.00 g 1.22 g		65.80 g 21.50 g 1.06 g	
1,(7)		1,(7)		1,7		1,(6),(7)		1,3,7	
Vacsora	Bagolyvár 11-14 éves	Tea Natúr vajkrém Félbarna kenyér Zala felvágottal Uborkával Alma	Limonádé Bundás kenyér Fokhagymás tejföllel	Tea Tavaszi zöldséges rizottó	Limonádé Hot-dog Ketchuppal Mustárral	Tea Margarinos Félbarna kenyér Ízes sonkával Uborkával	Tea Margarinos Félbarna kenyér Bécsi felvágottal Paprikával	Tea Margarinos Rozskenyér Paprikával	
		Energia: 415.38 Kcal / 1,736.29 KJ	Energia: 310.37 Kcal / 1,297.35 KJ	Energia: 455.52 Kcal / 1,904.07 KJ	Energia: 348.85 Kcal / 1,449.83 KJ	Energia: 290.76 Kcal / 1,215.38 KJ	Energia: 360.39 Kcal / 1,506.43 KJ	Energia: 333.35 Kcal / 1,393.40 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	
		11.16 g 17.45 g 7.95 g	9.34 g 9.86 g 4.94 g	11.20 g 12.38 g 3.39 g	12.85 g 13.68 g 4.70 g	11.41 g 3.50 g 1.57 g	10.48 g 11.96 g 4.52 g	9.49 g 10.07 g 7.84 g	
Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só	
52.83 g 23.29 g 0.61 g		45.43 g 9.99 g 0.52 g		74.38 g 19.99 g 2.37 g		42.40 g 12.79 g 2.70 g		53.15 g 23.29 g 0.71 g	
1,7		1,3,7		7		1,7,10,(9),(12)		1,(7)	

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

Entrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

- 1-glutén
- 2-rák
- 3-tojás
- 4-hal
- 5-földimogyoró
- 6-szója
- 7-teje
- 8-dióf
- 9-zelle
- 10-mustár
- 11-szezám
- 12-kéndioxid-sz
- 13-csillagfűrt
- 14-puhatestűek
- 15-mesterséges édesítőszer
- 16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!

.....

Élelmezésvetető