

Heti étlap 2024.07.29. - 2024.08.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
<b>eatrend</b>	<b>Tízórai</b>	Limonádé Margarinos Rozskenyér Fokhagymás felvágottal Paradicsommal	Vaníliás tej Kiflivel	Narancsos limonádé Margarinos Korpás kenyér Sertés párizsival Salátalevéllel	Barackos tea Tonhalkrémes Félbarna kenyér Paprikával	Tej Margarinos Félbarna kenyér Baracklekvárral	Limonádé Kenőmájas Korpás kenyérral Uborkával
		Energia: 309.21 Kcal / 1,292.50 KJ	Energia: 290.11 Kcal / 1,212.66 KJ	Energia: 256.82 Kcal / 1,073.51 KJ	Energia: 420.07 Kcal / 1,755.89 KJ	Energia: 327.35 Kcal / 1,368.32 KJ	Energia: 279.55 Kcal / 1,168.52 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		10.00 g 12.07 g 4.39 g	10.57 g 3.29 g 1.73 g	7.63 g 7.85 g 2.96 g	7.40 g 17.49 g 4.97 g	12.78 g 5.60 g 2.71 g	8.26 g 8.55 g 3.25 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
39.70 g 9.99 g 1.40 g	54.22 g 19.98 g 0.68 g	38.64 g 10.13 g 1.44 g	57.64 g 24.98 g 0.04 g	56.24 g 12.46 g 0.33 g	41.78 g 13.29 g 1.05 g		
1,(7)	1,7	1,(7)	1,3,4,7,10	1,7,(12)	1,(6),(7),(10)		
<b>Ebéd</b>	<b>Iskolás 11-14 éves</b>	Tejfölös zöldborsóleves Spenótos-sonkás rakott tészta	Hamis gulyásleves Sárgaborsófőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral	Májgaluskaleves Dejős tészta Görögdinnye	Vegyes gyümölcsleves Hentes sertésragu Párolt rizszel	Erőleves Cérnametéllel Mexikói húsos babragu Félbarna kenyérral	Vajgaluska leves Paraj főzelék Főtt tojással Főtt burgonyával
		Energia: 725.73 Kcal / 3,033.55 KJ	Energia: 645.19 Kcal / 2,696.89 KJ	Energia: 445.91 Kcal / 1,863.90 KJ	Energia: 735.40 Kcal / 3,073.97 KJ	Energia: 699.27 Kcal / 2,922.95 KJ	Energia: 737.06 Kcal / 3,080.91 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		39.85 g 33.61 g 9.07 g	29.85 g 28.48 g 4.82 g	15.75 g 6.83 g 0.64 g	20.53 g 31.36 g 9.11 g	31.37 g 29.05 g 6.26 g	31.98 g 32.52 g 6.68 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
65.67 g 0.05 g 4.82 g	66.27 g 0.17 g 0.87 g	80.61 g 10.53 g 0.81 g	94.79 g 20.78 g 2.55 g	77.26 g 0.00 g 1.91 g	77.44 g 0.02 g 3.47 g		
1,3,7,9	1,9,(3),(6),(7),(12)	1,3,8,9,(5)	1,7,15,(12)	1,3,9	1,3,7,9		
<b>Uzsonna</b>	<b>Iskolás 11-14 éves</b>	Helyben sült meggyes táska	Margarinos Graham kenyér Mátrai diákcsemegével Uborkával	Margarinos Zsemle Csirkemell sonkával	Puding Korpás kiflivel	Helyben sült sajtkrémes rúd Alma	Helyben sült vaníliakrémes rúd
		Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ	Energia: 204.85 Kcal / 856.27 KJ	Energia: 187.06 Kcal / 781.91 KJ	Energia: 295.05 Kcal / 1,233.31 KJ	Energia: 216.18 Kcal / 903.63 KJ	Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		3.78 g 18.27 g 4.87 g	9.54 g 3.86 g 1.55 g	9.80 g 3.19 g 1.30 g	10.13 g 6.42 g 3.19 g	8.59 g 2.91 g 3.61 g	11.71 g 26.46 g 10.07 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
39.98 g 18.16 g 0.67 g	32.94 g 3.30 g 1.59 g	29.76 g 0.00 g 0.76 g	48.84 g 19.48 g 0.67 g	43.78 g 0.00 g 1.71 g	19.66 g 0.00 g 1.38 g		
1,7,(3),(6),(12)	1,(7)	1,(7)	1,7	1,7	1,7,(3),(6),(12)		

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

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: [minosegbiztositas@eatrend.hu](mailto:minosegbiztositas@eatrend.hu); 20/419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

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

Quadro Byte Zrt

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

Oldalak

1/1

2024.07.23. 14:13:50 | QB - Élelem