


Heti étlap 2022.09.26.-2022.09.30.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek									
 eatrend	(00699) Jászfákóhalma - Tanoda uzsonna	Gyümölcsös tea Párizsis Margarinos Félbarna kenyér Paprikával	Limonádé Péksütemény Alma	Gyümölcsös tea Baromfi korongos Zsemle Paprikával	Gyümölcsös tea Gyümölcsjoghurt Kiflivel	Szívószásas üdítő Húsgolyós Zsemle Ketchuppal									
Energia: 302.59 Kcal / 1,264.83 KJ		Energia: 436.26 Kcal / 1,823.57 KJ		Energia: 366.17 Kcal / 1,530.59 KJ		Energia: 356.98 Kcal / 1,492.18 KJ		Energia: 551.19 Kcal / 2,303.97 KJ							
Fehérje		Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
8.75 g		6.36 g	2.28 g	4.41 g	18.91 g	0.00 g	9.61 g	9.01 g	1.47 g	9.48 g	6.10 g	3.23 g	19.51 g	18.94 g	0.13 g
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
52.32 g		19.99 g	1.72 g	60.76 g	9.99 g	0.02 g	61.27 g	20.10 g	1.46 g	65.25 g	32.98 g	0.90 g	75.53 g	2.80 g	0.94 g
1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			1,6,(3),(7),(9),(10),(11)			1,7			1,3,(9)			

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

- | | | | |
|----------|----------------|-------------------------------|----------------------------|
| 1-glutén | 4-hal | 7-tejtermél 10-mustár | 13-csillagfürt |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék 11-szezám | 14-puhatestűek |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller 12-kéndioxid-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer |

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető

