


Heti étlap 2022.11.28. - 2022.12.02.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola alsó 7-10 éves	Tej Kalács			Barackos tea Zöldfűszeres sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér			Almás-fahéjas tea Zala felvágottas Rozskenyér Margarinnal Uborka			Tej Soproni felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal			Csipkebogyó tea Margarinos Zsemle Reszelt sajttal		
		Energia: 338.95 Kcal / 1,416.81 KJ			Energia: 308.23 Kcal / 1,288.40 KJ			Energia: 322.93 Kcal / 1,349.85 KJ			Energia: 336.50 Kcal / 1,406.57 KJ			Energia: 307.31 Kcal / 1,284.56 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.87 g	9.31 g	4.23 g	6.94 g	8.49 g	4.16 g	9.61 g	6.43 g	6.60 g	15.42 g	11.76 g	4.82 g	9.90 g	7.88 g	4.10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
49.51 g	4.20 g	0.90 g	50.59 g	13.99 g	0.79 g	56.37 g	13.99 g	1.16 g	42.04 g	0.00 g	2.37 g	48.94 g	15.99 g	0.98 g		
		1,3,7			1,7			1,(7)			1,7			1,7		
Ebéd	Iskola alsó 7-10 éves	Paradicsom leves Tarhonyáshús Céklasalátával			Csontleves Burgonyafőzelék Fasírt Félbarna kenyérral			Magyaros csipetkeleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Tárkonyos zöldségleves Csikós tokány Párolt rizszel Körte			Zellerkrémleves Levesgyönggyel Sült csirkecomb Petrezselymes burgonyával Vitaminsalátával		
		Energia: 704.91 Kcal / 2,946.52 KJ			Energia: 603.91 Kcal / 2,524.34 KJ			Energia: 655.12 Kcal / 2,738.40 KJ			Energia: 644.20 Kcal / 2,692.76 KJ			Energia: 709.99 Kcal / 2,967.76 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		28.67 g	16.56 g	7.47 g	25.48 g	23.07 g	4.52 g	26.65 g	26.61 g	7.02 g	20.71 g	22.93 g	9.75 g	44.26 g	27.12 g	6.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
109.22 g	32.77 g	3.95 g	72.63 g	0.04 g	2.94 g	76.26 g	2.01 g	3.82 g	88.12 g	0.02 g	2.27 g	71.15 g	5.44 g	4.29 g		
		1,3,9,15,(12)			1,3,7,9			1,3,7,9,(6),(12)			1,7,9			1,3,7,9,(10)		
Uzsonna	Iskola alsó 7-10 éves	Toast felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Jégcsapretek			Mogyorókrém Kifli			Vaníliás táska Alma			Magyaros vajkrém Korpás zsemle Jégcsapretekkel			Bécsi felvágottas Graham kenyér Margarinnal		
		Energia: 181.92 Kcal / 760.43 KJ			Energia: 216.39 Kcal / 904.51 KJ			Energia: 417.51 Kcal / 1,745.19 KJ			Energia: 216.79 Kcal / 906.18 KJ			Energia: 244.26 Kcal / 1,021.01 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.79 g	3.81 g	1.40 g	5.06 g	6.48 g	0.23 g	12.31 g	27.06 g	4.87 g	5.53 g	8.38 g	4.01 g	8.80 g	8.76 g	3.19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.23 g	4.68 g	0.99 g	34.20 g	9.60 g	0.41 g	30.16 g	18.16 g	0.69 g	29.69 g	4.68 g	0.52 g	32.46 g	0.00 g	1.93 g		
		1,(7)			1,5,6,7,8			1,7,(3),(6),(12)			1,7			1,(7)		

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,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

1/1
Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

2022.02.04 11:32:04 | QB - Élelem