


Heti étlap 2024.12.16 - 2024.12.20.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek					
eatrend	Tízórai	(00029) Iskola felső			Csokis tej Kifli			Barackos tea Sütőtökös sajtkrémes Rozskenyér			Csipkebogyós tea Paprikás szalámis Teljeskiőrlésű kenyér Margarinnal			Tej Margarinos Rozskenyér Sajt szelettel Paradicsommal			Citromos tea Tonhalkrémes Félbarna kenyér		
					Energia: 290.11 Kcal / 1,212.66 Kj			Energia: 374.48 Kcal / 1,565.33 Kj			Energia: 302.43 Kcal / 1,264.16 Kj			Energia: 320.53 Kcal / 1,339.82 Kj			Energia: 367.81 Kcal / 1,537.45 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		10.57 g	3.29 g	1.73 g	7.37 g	13.02 g	10.61 g	7.09 g	9.27 g	3.32 g	16.28 g	10.74 g	5.92 g	7.03 g	14.20 g	5.41 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
54.22 g	19.98 g	0.68 g	56.40 g	24.98 g	1.58 g	47.41 g	19.99 g	1.36 g	39.50 g	0.00 g	1.43 g	52.46 g	20.58 g	0.03 g					
1,7			1,7			1,(7)			1,7			1,3,4,7,10							
Ebéd	(00029) Iskola felső	Erőleves Párolt sertésszelet Almamártással Pírtott darával			Almás-fahéjas szilvaleves Marhapörkölt Tarhonyával Vegyesvágottal			Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Narancsos-mézes-kakukkfűves csirkecomb Párolt rizszel Párolt zöldséggel			Kerti zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal Alma			Szárabbaleves Félbarna kenyérral Mákos piskóta Meggyszósszal					
		Energia: 588.83 Kcal / 2,461.31 Kj			Energia: 452.52 Kcal / 1,891.53 Kj			Energia: 765.85 Kcal / 3,201.25 Kj			Energia: 630.62 Kcal / 2,635.99 Kj			Energia: 996.04 Kcal / 4,163.45 Kj					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		23.63 g	21.18 g	4.69 g	13.68 g	8.46 g	6.83 g	51.66 g	33.19 g	8.64 g	28.49 g	26.23 g	8.58 g	21.21 g	27.30 g	4.29 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
84.82 g	12.00 g	2.82 g	81.63 g	11.39 g	4.59 g	53.20 g	0.59 g	4.68 g	68.54 g	2.05 g	2.22 g	164.65 g	70.44 g	2.04 g					
1,3,7,9,(10)			1,3,7,15,(10),(12)			1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,9,(12)							
Uzsonna	(00029) Iskola felső	Soproni felvágottas Teljeskiőrlésű kenyér Margarinnal Paprikával			Pizzaszelet			Csoki puding Kifli			Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal			Sertés párizsis Korpás zsemle Margarinnal Paprikával					
		Energia: 266.61 Kcal / 1,114.43 Kj			Energia: 267.80 Kcal / 1,119.40 Kj			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 Kj			Energia: 254.34 Kcal / 1,063.14 Kj			Energia: 224.72 Kcal / 939.33 Kj					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		10.09 g	12.08 g	4.38 g	15.74 g	11.09 g	4.91 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g	8.81 g	11.59 g	4.47 g	8.69 g	7.92 g	3.09 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
29.27 g	0.00 g	1.40 g	26.13 g	3.03 g	2.02 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g	28.59 g	0.00 g	1.38 g	29.61 g	0.00 g	1.25 g					
1,(7)			1,3,7			1,(7)			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,laktóz | 10-mustár | 13-esillagfűrt | 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 1/1
Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!



Élelmészvezető
2024.12.04. 10:17:00 | QB - Élelem