


Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Reggeli	Középiskola 15-18 éves	Tej Góliát szalámis Margarinos Félbarna kenyér Fatörzs kifli	Erdei gyümölcsös tea Diákcsomag Margarinos Félbarna kenyér Paradicsommal Müzsizsetet	Barackos tea Házi padlizsánkrémes Zsemle Olasz felvágottas Margarinos Félbarna kenyér Jégcsapretekkel	Citromos tea Majonéz tojáskrémes Rozskenyér Bécsi felvágottas Margarinos Zsemle	Kakaó Kalács Natúr sajtkrémes Paprikás szalámis Zsemle										
		Energia: 1,097.06 Kcal / 4,585.71 KJ	Energia: 549.53 Kcal / 2,297.04 KJ	Energia: 1,131.31 Kcal / 4,728.88 KJ	Energia: 1,063.69 Kcal / 4,446.22 KJ	Energia: 1,185.35 Kcal / 4,954.76 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		38.18 g	30.61 g	12.56 g	17.58 g	12.10 g	5.09 g	28.80 g	44.77 g	16.56 g	30.38 g	38.57 g	21.24 g	38.45 g	41.96 g	20.07 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
166.31 g	21.50 g	2.49 g	92.18 g	15.00 g	0.79 g	152.40 g	36.22 g	2.48 g	148.52 g	29.98 g	3.91 g	162.08 g	21.38 g	2.97 g		
1,3,7		1,(5),(6),(7),(8),(11),(12)		1,3,7,10,(12)		1,3,7,10,(12)		1,3,7								
Ebéd	Középiskola A menü 15-18 éves	Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Rántott halrúd Kukoricás rizzsel Tartármártással	Vajgaluskaleves Zöldborsós sertésragu Tarhonyával	Paradicsomleves Betűtészta Gyrosos sertéscomb csíkok Fűszeres burgonyával Vitaminalátával Joghurtos öntettel	Jókai bableves Félbarna kenyérral Morzsás nudli Baracklevél Porcukorral Alma	Csontleves Cérumetéllel Burgonyafőzelék Bécsi virslivel Félbarna kenyérral										
		Energia: 1,347.37 Kcal / 5,632.01 KJ	Energia: 783.76 Kcal / 3,276.12 KJ	Energia: 1,210.89 Kcal / 5,061.52 KJ	Energia: 1,174.44 Kcal / 4,909.16 KJ	Energia: 617.68 Kcal / 2,581.90 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		49.04 g	82.22 g	16.31 g	30.41 g	36.05 g	9.37 g	49.78 g	28.13 g	7.94 g	38.77 g	16.29 g	4.25 g	31.26 g	43.37 g	12.28 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
101.60 g	25.30 g	3.23 g	83.33 g	0.03 g	5.82 g	187.10 g	55.73 g	9.61 g	214.49 g	34.96 g	3.71 g	93.53 g	0.04 g	3.84 g		
1,3,4,7,9,10,(6),(11),(12)		1,3,9,(7)		1,3,7,9,(10)		1,7,9,(12)		1,3,7,9								
Vacsora	Középiskola 15-18 éves	Citromos tea Piskóta kocka Csokoládéöntettel	Cseresznyés tea Töltött háromszög	Csipkebogyós tea Milánói szósz Főtt tésztával Reszelt sajttal	Málnás tea Óvári sertésszelet Petrezselymes burgonyával											
		Energia: 1,121.94 Kcal / 4,689.71 KJ	Energia: 945.81 Kcal / 3,953.49 KJ	Energia: 832.12 Kcal / 3,478.26 KJ	Energia: 764.22 Kcal / 3,194.44 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		19.54 g	28.11 g	5.67 g	42.25 g	25.70 g	10.02 g	40.45 g	28.60 g	8.14 g	39.47 g	32.83 g	9.34 g	g	g	g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
196.26 g	114.90 g	1.30 g	135.85 g	32.98 g	1.62 g	102.14 g	29.98 g	3.93 g	77.01 g	19.99 g	5.99 g	g	g	g		
1,3,7,15		1,3,7		1,7,(3)		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-csillagfűrt	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				41 Oldalak	

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető
2024.04.12. 10:01:55 | QB - Élelem