


Heti étlap 2022.11.28 - 2022.12.02

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	Iskola alsós 7-10 éves	Tej Kalács			Barackos tea Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagymakarikával			Almás-fahéjas tea Zala felvágottas Rozskenyér Margarinnal Kígyóborkával			Tej Soproni felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal			Cspikebogyó tea Margarinos Zsemle Reszelt sajttal		
		Energia: 338.95 Kcal / 1,416.81 KJ			Energia: 280.31 Kcal / 1,171.70 KJ			Energia: 276.20 Kcal / 1,154.52 KJ			Energia: 336.50 Kcal / 1,406.57 KJ			Energia: 290.63 Kcal / 1,214.83 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	7.08 g	8.50 g	4.62 g	9.18 g	6.35 g	6.60 g	15.42 g	11.76 g	4.82 g	9.79 g	7.86 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	43.48 g	13.99 g	0.82 g	45.37 g	13.99 g	1.16 g	42.04 g	0.00 g	2.37 g	44.94 g	15.99 g	0.98 g		
1,3,7			1,7			1,(7)			1,7			1,7				
Ebéd	Iskola alsós 7-10 éves	Paradicsom leves Tarhonyáshús Céklasalátával			Sárgaborsóleves Burgonyafőzelék Stefánia vagdalttal Félbarna kenyérral			Zellerkrém leves Levesgyönggyel Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Tárkonyos zöldségleves Csikós tokány Párolt rizzsel Körte			Magyaros csipetkeleves Sült csirkecomb Tört burgonyával Vitaminsalátával		
		Energia: 706.02 Kcal / 2,951.16 KJ			Energia: 751.96 Kcal / 3,143.19 KJ			Energia: 614.46 Kcal / 2,568.44 KJ			Energia: 647.27 Kcal / 2,705.59 KJ			Energia: 684.75 Kcal / 2,862.26 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		28.73 g	16.57 g	3.22 g	30.76 g	32.37 g	7.08 g	27.28 g	22.73 g	8.48 g	20.77 g	22.97 g	5.00 g	43.93 g	22.98 g	4.35 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
109.40 g	32.77 g	4.06 g	83.26 g	0.04 g	4.67 g	73.91 g	2.28 g	1.72 g	88.70 g	0.02 g	2.25 g	74.84 g	5.17 g	7.42 g		
1,3,9,15,(12)			1,3,7,9			1,3,7,9			1,7,9			1,9,(3),(10)				
Uzsonna	Iskola alsós 7-10 éves	Toast felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Jégcsapretekkel			Mogyorókrém Kifli			Vaníliás táska Alma			Magyaros vajkrém Korpás zsemle Jégcsapretekkel			Bécsi felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal		
		Energia: 177.69 Kcal / 742.74 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
		8.46 g	3.78 g	1.39 g	5.06 g	6.48 g	0.23 g	12.31 g	27.06 g	10.07 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
27.44 g	0.00 g	0.98 g	34.20 g	9.60 g	0.41 g	30.16 g	0.00 g	1.40 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,laktóz 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

Quadro Byte Zrt **1/1** Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmészvezető
 2022.11.15 10:30:44 | QB - Élelem