


Heti étlap 2023.09.18. - 2023.09.22.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Iskola 11-14 éves	Dobozos tej Mogyorókrémes Kifli			Házi sajtkrémes Rozskenyér Paradicsommal			Toast felvágottas Graham kenyér Margarinnal			Dobozos kakaó Briós			Kolbászkrémes Félbarna kenyér Uborkával		
		Energia: 367.01 Kcal / 1,534.10 Kj			Energia: 274.52 Kcal / 1,147.49 Kj			Energia: 224.29 Kcal / 937.53 Kj			Energia: 781.06 Kcal / 3,264.83 Kj			Energia: 269.19 Kcal / 1,125.21 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.51 g	12.58 g	1.93 g	8.01 g	12.69 g	11.40 g	12.84 g	4.73 g	1.63 g	38.61 g	8.22 g	4.02 g	7.45 g	12.05 g	5.81 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
50.50 g	14.40 g	0.68 g	31.74 g	0.00 g	1.05 g	32.52 g	0.00 g	1.42 g	137.24 g	66.54 g	1.47 g	32.42 g	3.30 g	0.13 g		
1,5,6,7,8			1,7			1,(7)			1,3,7			1,7				
Ebéd	Iskola 11-14 éves	Jókai bableves Burgonyás tészta Vitaminsalátával			Csurgatott tojásleves Rakott zöldbab Alma			Zellerkrémleves Pírtott kenyérfocsi Rántott halszelet Petrezselymes burgonyával Uborkasalátával			Tejfölös gombaleves Vadas sertésszelet Szarvacskasalátával			Grízgaluska leves Paradicsommártás Húsgombóccal Félbarna kenyérral		
		Energia: 768.88 Kcal / 3,213.92 Kj			Energia: 528.55 Kcal / 2,209.34 Kj			Energia: 927.06 Kcal / 3,875.11 Kj			Energia: 552.16 Kcal / 2,308.03 Kj			Energia: 595.45 Kcal / 2,488.98 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		27.14 g	20.17 g	4.08 g	22.60 g	22.41 g	6.85 g	24.89 g	54.69 g	8.10 g	29.98 g	17.69 g	4.30 g	21.21 g	23.89 g	6.39 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
118.42 g	5.04 g	3.78 g	59.93 g	0.01 g	2.58 g	81.94 g	11.61 g	5.08 g	67.54 g	0.63 g	2.35 g	73.26 g	15.00 g	3.02 g		
1,7,9,(3)			1,3,7,9			1,3,4,7,9			1,3,7,9,10,(12)			1,3,9				
Uzsonna	Iskola 11-14 éves	Soproni felvágottas Rozskenyér Margarinnal			Helyben sült csokoládékrémes rúd			Helyben sült sajtkrémes rúd Körte			Füstölt pulykapárizsis Rozskenyér Margarinnal Paprikával			Tavaszi felvágottas Korpás zsemle Margarinnal		
		Energia: 272.20 Kcal / 1,137.80 Kj			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 Kj			Energia: 243.49 Kcal / 1,017.79 Kj			Energia: 220.28 Kcal / 920.77 Kj			Energia: 208.94 Kcal / 873.37 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.17 g	12.32 g	8.86 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	8.59 g	2.76 g	3.61 g	8.80 g	6.81 g	6.80 g	7.80 g	6.74 g	2.68 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.03 g	0.00 g	2.02 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	51.28 g	0.00 g	1.70 g	30.88 g	0.00 g	1.22 g	29.21 g	0.00 g	1.13 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,7			1,(6),(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-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	
Quadro Byte Zrt			Oldalak		

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmiszervezető
2022.11.28 7:39:07 | QB - Élelem