

Heti étlap 2024.12.02. - 2024.12.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
eatrend	Reggeli	Epres tej Fatórzs kifli			Barackos tea Sült paprikakrém Teljes kiőrlésű kenyér			Citromos tea Füstölt lencsekrém Félbarna kenyér			Ívólé Margarinos Rozskenyér Főtt tojáskarikákkal			Tej Mogyorókrém Félbarna kenyér			Erdei gyümölcsös tea Makói sült hagymakrém Korpás kenyér			Kakaó Briós		
		Energia: 768.05 Kcal / 3,210.45 KJ			Energia: 545.97 Kcal / 2,282.15 KJ			Energia: 566.82 Kcal / 2,369.31 KJ			Energia: 436.78 Kcal / 1,825.74 KJ			Energia: 670.17 Kcal / 2,801.31 KJ			Energia: 460.09 Kcal / 1,923.18 KJ			Energia: 480.42 Kcal / 2,008.16 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		24.21 g	17.00 g	7.58 g	12.71 g	15.59 g	0.20 g	14.13 g	13.42 g	7.50 g	17.76 g	10.96 g	12.08 g	24.56 g	18.10 g	3.07 g	9.14 g	16.10 g	7.07 g	17.70 g	10.97 g	5.10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
128.65 g	41.53 g	1.64 g	87.91 g	29.98 g	4.10 g	96.73 g	30.26 g	1.39 g	66.12 g	5.76 g	1.66 g	101.46 g	19.20 g	0.40 g	68.95 g	12.00 g	1.90 g	77.38 g	26.07 g	1.04 g		
1,3,7			1,7			1,7,10,(3),(6),(11),(1			1,3,(7)			1,5,6,7,8			1,7			1,3,7				
Ebéd	Felnőtt	Tojásleves Hortobágyi rakott tészta			Vajgaluskaleves Bakonyi sertésragu Párolt rizzsel			Korhelyleves Félbarna kenyérral Zöldborsópörkölt Orsó tésztával Mandarin			Paradicsomleves Betűtésztával Fokhagymás sertéssült Franciasalátával			Téli fűszeres meggye leves Cordon bleu Rizi-bizivel			Magyaros karfiolleves Pásztor bulgur Vegyesvágottal			Erőleves Sertéspaprikás Szarvacska tésztával Céklasalátával		
		Energia: 610.05 Kcal / 2,550.01 KJ			Energia: 810.52 Kcal / 3,387.97 KJ			Energia: 1,145.40 Kcal / 4,787.77 KJ			Energia: 1,017.03 Kcal / 4,251.19 KJ			Energia: 1,047.03 Kcal / 4,376.59 KJ			Energia: 813.46 Kcal / 3,400.26 KJ			Energia: 1,057.65 Kcal / 4,420.98 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		24.59 g	43.55 g	11.63 g	29.82 g	39.45 g	11.43 g	41.72 g	43.64 g	11.75 g	34.86 g	44.84 g	9.83 g	47.24 g	27.94 g	9.73 g	33.91 g	33.89 g	9.88 g	38.01 g	58.90 g	13.68 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.25 g	0.10 g	4.33 g	82.99 g	0.02 g	4.29 g	144.60 g	0.00 g	5.48 g	116.59 g	65.17 g	3.06 g	149.53 g	13.99 g	4.78 g	96.10 g	0.01 g	3.78 g	92.20 g	7.99 g	8.08 g		
1,3,7,9			1,3,7,9			1,3,7,(12)			1,3,7,9,10,15,(12)			1,3,7			1,3,9,15,(10),(12)			1,3,7,9,15,(12)				
Uzsonna	Felnőtt	Zala felvágottas Rozskenyér Margarinnal Paprikával			Csokoládékrém rúd			Korpás zsemle Kenőmájással Uborkával			Bécsi felvágottas Zsemle Margarinnal Salátalevével			Gyümölcsös joghurt Korpás kiflivel			Sajtkrém rúd			Turista felvágottas Korpás kenyér Margarinnal		
		Energia: 238.78 Kcal / 998.10 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 244.20 Kcal / 1,020.76 KJ			Energia: 254.96 Kcal / 1,065.73 KJ			Energia: 292.14 Kcal / 1,221.15 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 233.41 Kcal / 975.65 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.52 g	7.96 g	7.17 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	8.99 g	8.50 g	3.38 g	8.86 g	11.60 g	4.47 g	10.93 g	6.56 g	3.20 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	8.50 g	9.92 g	3.62 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31.18 g	0.00 g	1.36 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	32.64 g	3.30 g	0.86 g	28.67 g	0.00 g	1.38 g	46.73 g	0.00 g	1.05 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	27.45 g	0.00 g	1.71 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(1			1,(6),(7),(10)			1,(7)			1,7			1,7			1,(7)				
Vacsora	Felnőtt	Túrótöltelkes gombóc Porcukorral			Burgonyás tészta Csemege uborkával			Bácsi rizesshús Céklasalátával			Bundás kenyér Fokhagymás tejfőlével			Sült bécsi virsli Ketchuppal Félbarna kenyérral			Epres tea Baromfi párizsis Félbarna kenyér Margarinnal Paradicsommal			Erdei gyümölcsös tea Császárszalonnás Zsemle Margarinnal Lilahagymával		
		Energia: 1,202.44 Kcal / 5,026.20 KJ			Energia: 522.94 Kcal / 2,185.89 KJ			Energia: 795.81 Kcal / 3,326.49 KJ			Energia: 593.98 Kcal / 2,482.84 KJ			Energia: 335.03 Kcal / 1,400.43 KJ			Energia: 520.60 Kcal / 2,176.11 KJ			Energia: 791.02 Kcal / 3,306.46 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		27.78 g	58.80 g	18.92 g	16.59 g	13.25 g	1.73 g	27.38 g	33.67 g	9.63 g	26.11 g	23.47 g	9.45 g	27.08 g	26.19 g	9.66 g	17.05 g	12.59 g	4.93 g	15.41 g	48.57 g	18.66 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
139.09 g	45.95 g	3.55 g	83.12 g	0.00 g	4.88 g	94.48 g	7.99 g	1.57 g	68.86 g	0.00 g	1.23 g	66.60 g	2.10 g	0.33 g	84.44 g	19.99 g	1.04 g	72.33 g	12.00 g	2.35 g		
1,7,(3),(6),(12)			1,3,15,(12)			15,(12)			1,3,7			1			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-szszám 14-puhatestűek
 3-tojás 6-szója 9-zeller 12-kéndioxid-szulfid 15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!



Élelmiszevezető