

Heti étlap 2024.12.30. - 2025.01.03.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
eatrend	Tízórai	Csipkebogyós tea Zsíros kenyér Lilahagymával			Poharas tej Zsemle Margarinnal Mézzel			MUNKASZÜNETI NAP			Barackos tea Majonézes tojáskrémes Korpás kenyér Paradicsommal			Kakaó Briós		
		Energia: 338.48 Kcal / 1,414.85 Kj			Energia: 316.39 Kcal / 1,322.51 Kj						Energia: 382.41 Kcal / 1,598.47 Kj			Energia: 137.01 Kcal / 572.70 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv				Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.64 g	11.12 g	8.22 g	11.58 g	5.35 g	2.66 g				6.84 g	15.27 g	4.51 g	3.61 g	3.22 g	1.32 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
52.43 g	19.99 g	0.71 g	55.30 g	16.20 g	0.39 g				54.60 g	24.98 g	1.26 g	23.24 g	5.54 g	0.32 g		
		1			1,7						1,3,7,10,(12)			1,3,7		
Ebéd	Iskolás 11-14 éves	Tárkonyos sertésraguleves Pozsonyi kocka			Zöldbableves Stefánia vagdalt Burgonyapürével Alma						Zöldborsóleves Mézes mustáros sertésragu Párolt rizszel			Vegyes zöldségkrémleves Pírtott kenyérrackával Paprikás burgonya Csemege uborkával		
		Energia: 729.85 Kcal / 3,050.77 Kj			Energia: 700.13 Kcal / 2,926.54 Kj						Energia: 642.61 Kcal / 2,686.11 Kj			Energia: 390.37 Kcal / 1,631.75 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv				Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		27.61 g	21.82 g	4.57 g	25.27 g	30.57 g	8.90 g				21.59 g	29.39 g	7.27 g	15.15 g	23.62 g	5.77 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
105.90 g	30.47 g	2.54 g	78.80 g	0.01 g	4.93 g				73.20 g	2.48 g	3.27 g	57.28 g	0.03 g	4.90 g		
		1,3,7,8,9,(5),(12)			1,3,7,9						1,7,9,10,(12)			1,7,9,15,(12)		
Uzsonna	Iskolás 11-14 éves	Helyben sült csokoládékrémes rúd			Margarinos Teljes kiőrlésű kenyér Toast felvágottal Paprikával						Gyümölcs joghurt Kiflivel Mandarin			Margarinos Korpás zsemle Tavaszi felvágottal Uborkával		
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 Kj			Energia: 205.18 Kcal / 857.65 Kj						Energia: 322.28 Kcal / 1,347.13 Kj			Energia: 213.05 Kcal / 890.55 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv				Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11.71 g	26.46 g	10.07 g	12.64 g	3.26 g	1.10 g				10.05 g	6.37 g	3.23 g	8.15 g	6.78 g	2.94 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
19.66 g	0.00 g	1.38 g	31.28 g	0.00 g	0.83 g				55.05 g	12.99 g	0.90 g	29.81 g	3.85 g	1.14 g		
		1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(7)						1,7			1,(7)		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu

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!

.....
Élelmezésvezető

2024.12.16. 7:13:33 | QB - Élelem