

Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Tízórai			Ebéd			Uzsonna								
Tej, tojás, rozsmentes	4-6 éves	Rizstej Mézes Diétás pékáru BL Liga margarinnal			Herba tea citromlé nélkül Mátrai diákcsemegés Diétás pékáru BL Liga margarinnal Paradicsommal			Herba tea citromlé nélkül Padlizsánkrémes Diétás pékáru BL			Herba tea citromlé nélkül Sonkakrémes Diétás pékáru BL Liga margarinnal			Kakaó rizstejből Liga margarinos Diétás pékáru BL		
		Energia: 354.96 Kcal / 1,483.73 KJ			Energia: 287.76 Kcal / 1,202.84 KJ			Energia: 248.73 Kcal / 1,039.69 KJ			Energia: 238.64 Kcal / 997.52 KJ			Energia: 346.47 Kcal / 1,448.24 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.72 g	9.65 g	2.17 g	8.96 g	9.00 g	2.38 g	5.84 g	6.02 g	1.47 g	7.27 g	4.51 g	1.08 g	5.82 g	9.86 g	2.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
60.23 g	24.23 g	0.18 g	42.39 g	13.39 g	0.67 g	42.51 g	13.39 g	0.26 g	41.96 g	13.39 g	0.35 g	57.52 g	21.41 g	0.18 g		
1			1			1			1			1				
Tej, tojás, rozsmentes	4-6 éves	Karfioleves Pirított kenyérbúzával			Vajgaluskaleves			Paradicsomleves			Jókai bableves Diétás pékáruval BL			Csontleves		
		Rántott halfilé Kukoricás rizzsel Tartármártással			Zöldborsós sertésragu Tarhonyával			Gyrosos csirkesült Sült burgonyával Vegafőlés öntettel Vitaminálátával			Grízes tészta Baracklevkával Porcukorral Alma			Burgonyafőzelék Sült bécsi virslivel Diétás pékáruval BL		
		Energia: 645.51 Kcal / 2,698.23 KJ			Energia: 418.18 Kcal / 1,747.99 KJ			Energia: 690.83 Kcal / 2,887.67 KJ			Energia: 715.98 Kcal / 2,992.80 KJ			Energia: 403.27 Kcal / 1,685.67 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.60 g	35.55 g	7.64 g	12.47 g	21.86 g	5.89 g	21.84 g	27.78 g	4.02 g	13.65 g	16.82 g	3.53 g	13.58 g	23.05 g	5.81 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
62.77 g	0.54 g	2.30 g	41.87 g	2.17 g	3.67 g	87.39 g	7.31 g	3.45 g	125.66 g	22.16 g	1.71 g	68.67 g	1.82 g	1.38 g		
1,4,10,(12)			9			1,9			1,(12)			9,(1)				
Tej, tojás, rozsmentes	4-6 éves	Paprikás szalámis Diétás pékáru BL Liga margarinnal Paprikával			Diétás péksütemény			Szendvicssonkás Diétás pékáru BL Liga margarinnal Kígyóborkával			Liga margarinos Diétás pékáru BL Violife növényi sajt szelettel			Sertés párizsis Diétás pékáru BL Liga margarinnal Jégcsapretekkel		
		Energia: 258.89 Kcal / 1,082.16 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ			Energia: 236.25 Kcal / 987.53 KJ			Energia: 209.83 Kcal / 877.09 KJ			Energia: 251.01 Kcal / 1,049.22 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.78 g	12.37 g	3.55 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g	10.42 g	8.05 g	2.35 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g	8.18 g	11.39 g	3.33 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.80 g	0.00 g	0.58 g	31.80 g	18.90 g	0.30 g	30.25 g	4.40 g	0.65 g	28.47 g	0.00 g	0.18 g	28.74 g	3.12 g	0.65 g		
1			1			1			1			1				

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 | |

Jó étvágyat kívánunk!



Élelmezésvezető