

Heti étlap 2021.05.10 - 2021.05.14

	hétfő	kedd	szombat	csütörtök	péntek
Tízórai	Kakao Briós	Narancsos tea Baronfi párizsi Margarin Félbarna kenyér	Tej Varázs szivószállal Molnárika	Barackos tea Petrezselymes tojáskrém Salátalevel Korpás kenyér	Citromos tea Kenőmájás Rozskenyér Paprika Alma
	Energia: 277,35 Kcal / 1,159,32 KJ	Energia: 264,90 Kcal / 1,107,28 KJ	Energia: 284,40 Kcal / 1,188,79 KJ	Energia: 222,43 Kcal / 929,76 KJ	Energia: 328,76 Kcal / 1,374,22 KJ
Ébéd	Vegyes zöldségkrémleves Levesgyönggyel Bolognai spagetti Reszelt sajtjal	Daragaluska leves Finomfőzelék Vagdalttal és Félbarna kenyérral	Hamis gulyásleves Sajtós teszta	Vegyes gyümölcsleves Sült csirkecomb Petrezselymes burgonyával és Almával	Tárkonyos zöldségleves Zöldfűszeres pulykaraгу Párolt rizsszel
	Energia: 555,25 Kcal / 2,320,95 KJ	Energia: 506,28 Kcal / 2,116,25 KJ	Energia: 440,76 Kcal / 1,842,38 KJ	Energia: 544,51 Kcal / 2,276,05 KJ	Energia: 405,67 Kcal / 1,695,70 KJ
Uzsonna	Diáksemege Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Uborka	Füstölt sajtkrém Korpás kifli Paprika	Pulykamell sonka Margarin Graham kenyér Jégcsapretek	Sonkás kockasajt Szezámos zsemle	Vanília krémes rúd
	Energia: 190,68 Kcal / 797,04 KJ	Energia: 205,51 Kcal / 859,03 KJ	Energia: 202,23 Kcal / 845,32 KJ	Energia: 286,17 Kcal / 1,196,19 KJ	Energia: 365,33 Kcal / 1,527,08 KJ
Óvoda 7-10 éves	Fehérje Zsír T.Zsír 23,92 g 21,96 g 7,59 g Szenhidrát Cukor S6 64,84 g 1,77 g 6,07 g	Fehérje Zsír T.Zsír 23,19 g 19,41 g 5,42 g Szenhidrát Cukor S6 58,70 g 3,01 g 2,90 g	Fehérje Zsír T.Zsír 15,69 g 15,79 g 6,66 g Szenhidrát Cukor S6 58,22 g 0,01 g 4,57 g	Fehérje Zsír T.Zsír 35,59 g 16,12 g 3,53 g Szenhidrát Cukor S6 65,16 g 13,11 g 2,21 g	Fehérje Zsír T.Zsír 16,76 g 14,04 g 2,68 g Szenhidrát Cukor S6 52,95 g 0,01 g 1,49 g
	1,3,7,9	1,3,7,9	1,7,9,(3)	1,7,(10)	1,7,9
Óvoda 7-10 éves	Fehérje Zsír T.Zsír 7,28 g 5,27 g 1,85 g Szenhidrát Cukor S6 28,50 g 0,00 g 0,97 g	Fehérje Zsír T.Zsír 7,01 g 8,37 g 4,58 g Szenhidrát Cukor S6 25,27 g 0,00 g 0,81 g	Fehérje Zsír T.Zsír 9,68 g 3,18 g 1,09 g Szenhidrát Cukor S6 33,77 g 3,12 g 1,53 g	Fehérje Zsír T.Zsír 11,26 g 13,84 g 4,12 g Szenhidrát Cukor S6 28,81 g 0,00 g 1,14 g	Fehérje Zsír T.Zsír 11,71 g 26,46 g 10,07 g Szenhidrát Cukor S6 19,66 g 0,00 g 1,38 g
	1,(7)	1,7	1,(7)	1,7,(5),(8),(11)	1,7,(3),(6),(12)

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

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén	4-hal	7-tejtermék,laktóz	10-mustár	13-csillagfürt	16-édesgyökér
2-trák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szszám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető



Heti étlap 2021.05.10 - 2021.05.14



eatrend

		hétfő		kedd		szerda		csütörtök		péntek	
		Vanília tej, Liga margarin, Zsemle, Szilvalekvár		Herba tea, Liga margarin, Paradicsom, Baromfi párizsi, Zsemle		Karamellás tej, Zsemle, Liga margarin		Herba tea, Salátalevél, Petrezselymes tojáskrém, Zsemle		Herba tea, Paprika, Kenőmájás allergénmentes, Zsemle	
Tízórai	Mogyorómentes 4-6	Energia: 362,62 Kcal / 1,515,75 KJ	Energia: 301,30 Kcal / 1,259,43 KJ	Energia: 347,39 Kcal / 1,452,09 KJ	Energia: 271,21 Kcal / 1,133,66 KJ	Energia: 264,04 Kcal / 1,103,69 KJ					
		Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír
		T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav
		11,66 g 10,35 g	3,66 g 7,30 g	11,03 g 7,30 g	3,42 g 11,52 g	10,35 g 10,35 g	3,66 g 6,11 g	8,56 g 2,34 g	7,60 g 5,82 g	2,15 g 2,15 g	
		Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor
		55,16 g 14,08 g	0,89 g 42,78 g	13,39 g 1,07 g	51,63 g 12,49 g	0,88 g 12,49 g	42,06 g 13,39 g	0,74 g 0,74 g	44,91 g 13,39 g	0,73 g 0,73 g	
		1,7,(12)	1	1,7	1,3	1	1,3	1	1	1	
Ebéd	Mogyorómentes 4-6	Energia: 504,89 Kcal / 2,110,44 KJ	Energia: 498,88 Kcal / 2,085,32 KJ	Energia: 494,22 Kcal / 2,065,84 KJ	Energia: 523,79 Kcal / 2,189,44 KJ	Energia: 433,11 Kcal / 1,810,40 KJ					
		Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír
		T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav
		23,11 g 19,32 g	6,22 g 19,96 g	4,61 g 17,95 g	2,21 g 14,69 g	3,27 g 15,63 g	3,27 g 15,63 g	17,95 g 14,39 g	2,74 g 14,39 g	2,74 g 14,39 g	
		Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor
		59,20 g 1,51 g	5,98 g 63,49 g	2,46 g 3,01 g	22,46 g 11,21 g	2,23 g 65,58 g	7,99 g 7,99 g	2,23 g 2,23 g	57,80 g 0,01 g	1,54 g 1,54 g	
		1,7,9,(3)	1,3,7,9	1,3,9,(12)	1,7	1,3,7,9	1,7	1,3,7,9	1,3,7,9	1,3,7,9	
		Vegyes zöldségkrémleves, Bolognai spagetti		Vagdalt, Finomfűzelék, Daragaluska leves, Zsemle		Magyaros sertésragu leves, Grízes tészta, Lekvár, Porcukor, Levesbetét		Sült csirkemomb, Petrezselymes burgonya, Alma, Almaleves		Tárkonyos zöldségleves, Párolt rizs, Zöldfűszeres pulykaragu, Levesbetét	
Uzsonna	Mogyorómentes 4-6	Energia: 218,51 Kcal / 913,37 KJ	Energia: 279,72 Kcal / 1,169,23 KJ	Energia: 225,07 Kcal / 940,79 KJ	Energia: 211,91 Kcal / 885,78 KJ	Energia: 357,59 Kcal / 1,494,73 KJ					
		Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír	Fehérje Zsír
		T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav
		7,04 g 8,19 g	2,32 g 6,06 g	6,61 g 15,11 g	8,34 g 7,93 g	2,22 g 6,60 g	3,85 g 6,67 g	6,67 g 7,50 g	2,03 g 7,50 g	2,03 g 7,50 g	
		Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor	Szénhidrát Cukor
		28,90 g 0,00 g	0,95 g 29,54 g	0,85 g 0,00 g	29,91 g 3,12 g	1,05 g 1,05 g	1,21 g 1,21 g	64,84 g 0,00 g	0,00 g 0,00 g	0,61 g 0,61 g	
		1	1,7	1	1,7	1	1,7	1	1	1	
		Liga margarin, Uborka, Mátrai diákcsemege, Zsemle		Liga margarin, Paprika, Zsemle, Natúr sajtkrém		Csirkemell sonka, Liga margarin, Jégcsaprettek, Zsemle		Kockasajt, Zsemle		Zsemle, Banán, Liga margarin	

Az ételapváltoztatás 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-tejterméklaktóz	10-mustár	13-csillagfűrt	16-édességökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterseges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

Quadro Byte Zrt

1/1
Oldalak

2021.05.03 13:47:02 | QB - Élelem