

Heti étlap 2021.05.31 - 2021.06.04

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Mogyorómentes 4-6 éves	Szilvalekvár, Liga margarin , Zsemle, Tej			Herba tea, Körözött, Paprika, Zsemle			Herba tea, Tonhalkrém, Paradicsom, Zsemle			Tej, Póréhagymás vajkrém, Zsemle			Herba tea, Zsemle, Mátrai diákcsemege, Liga margarin , Alma		
		Energia: 319.87 Kcal / 1,337.06 KJ			Energia: 223.74 Kcal / 935.23 KJ			Energia: 314.61 Kcal / 1,315.07 KJ			Energia: 295.90 Kcal / 1,236.86 KJ			Energia: 322.49 Kcal / 1,348.01 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.65 g	10.35 g	3.66 g	7.56 g	2.03 g	1.01 g	5.29 g	13.39 g	3.67 g	11.99 g	9.76 g	4.85 g	7.44 g	8.77 g	2.32 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
44.54 g	4.09 g	0.89 g	43.46 g	13.39 g	0.92 g	42.78 g	13.39 g	0.71 g	39.67 g	0.00 g	0.78 g	52.46 g	13.39 g	0.96 g		
1,7,(12)			1,7			1,4			1,7			1				
Ebéd	Mogyorómentes 4-6 éves	Tojásleves, Eszterházi sertésragu, Főtt tészta			Húsgombóc , Paradicsommártás, Főtt burgonya, Kukoricagaluska leves, Zsemle			Frankfurti leves, Alma, Tejberizs rizstejjel, Kakaó szórat			Pusztapörkölt burgonyával, Vegyes gyümölcsleves, Káposztasaláta, Zsemle			Rántott sertés szelet, Csontleves, Kukoricás rizs		
		Energia: 443.23 Kcal / 1,852.70 KJ			Energia: 609.79 Kcal / 2,548.92 KJ			Energia: 502.92 Kcal / 2,102.21 KJ			Energia: 612.66 Kcal / 2,560.92 KJ			Energia: 585.13 Kcal / 2,445.84 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.92 g	18.03 g	5.08 g	21.64 g	17.38 g	5.11 g	9.13 g	8.43 g	2.76 g	19.66 g	20.01 g	6.11 g	20.52 g	25.73 g	4.03 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
51.81 g	2.51 g	5.64 g	90.74 g	6.53 g	2.55 g	95.79 g	35.86 g	1.79 g	88.91 g	16.99 g	2.14 g	67.12 g	0.00 g	1.84 g		
1,3,9			1,3,9			1,7,(3),(6),(9),(12)			1,7			1,3,9				
Uzsonna	Mogyorómentes 4-6 éves	Csirkemell sonka, Liga margarin , Uborka, Zsemle			Zsemle, Alma, Liga margarin			Sajt szelet, Liga margarin , Salátalevél, Zsemle			Álom sonka, Liga margarin , Jégcsapretek, Zsemle			Zsemle, Liga margarin , Csirkemell sonka		
		Energia: 224.60 Kcal / 938.83 KJ			Energia: 252.32 Kcal / 1,054.70 KJ			Energia: 271.09 Kcal / 1,133.16 KJ			Energia: 225.07 Kcal / 940.79 KJ			Energia: 222.25 Kcal / 929.01 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.32 g	7.93 g	2.21 g	5.32 g	7.95 g	2.03 g	10.00 g	12.68 g	5.41 g	8.34 g	7.93 g	2.22 g	8.12 g	7.91 g	2.21 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.72 g	0.00 g	1.05 g	39.04 g	0.00 g	0.63 g	28.93 g	0.00 g	1.01 g	29.91 g	3.12 g	1.05 g	29.38 g	0.00 g	1.04 g		
1			1			1,7			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-csillagfűrt | 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!