

Heti étlap 2021.11.08 - 2021.11.12

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Mogyorómentes 4-6 éves	Herba tea Natúr sajtkrém Uborka Zsemle			Tej Vaniliás túrókrém Zsemle			Herba tea Főtt tojáskarikák Liga margarin Félbarna kenyér Paradicsom			Karamellás tej Liga margarin Zsemle			Herba tea Sült hús krém Félbarna kenyér Lilahagyma		
		Energia: 268.76 Kcal / 1,123.42 KJ			Energia: 266.78 Kcal / 1,115.14 KJ			Energia: 258.58 Kcal / 1,080.86 KJ			Energia: 364.95 Kcal / 1,525.49 KJ			Energia: 277.77 Kcal / 1,161.08 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		6.00 g	8.07 g	4.71 g	14.24 g	4.79 g	2.53 g	6.84 g	9.84 g	2.53 g	11.55 g	10.37 g	3.66 g	5.60 g	12.13 g	3.34 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
42.64 g	13.39 g	0.76 g	41.39 g	1.50 g	0.79 g	35.28 g	13.39 g	0.98 g	55.93 g	16.74 g	0.88 g	36.11 g	13.39 g	1.06 g		
1,7		1,7,(12)			1,3			1,7			1					
Ebéd	Mogyorómentes 4-6 éves	Brokkoli krém leves Kölesgolyó Pusztapörkölt burgonyával Alma			Magyaros zellerleves Sertés pörkölt Tavaszi rizs Céklasaláta			Babgulyás Félbarna kenyér Túró feltét Főtt tészta Porcukor			Meggyleves Rántott cs.comb filé tej, tojás, gluténm Petrezselymes burgonya Sárgarépás káposztasaláta			Lebbencsleves tojás-és olajosmagmentes Fasírt (csirke combfilé) Tököfélék Félbarna kenyér		
		Energia: 464.89 Kcal / 1,943.24 KJ			Energia: 507.43 Kcal / 2,121.06 KJ			Energia: 587.97 Kcal / 2,457.71 KJ			Energia: 380.35 Kcal / 1,589.86 KJ			Energia: 375.04 Kcal / 1,567.67 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		16.77 g	22.58 g	5.89 g	20.16 g	19.36 g	3.07 g	28.79 g	14.55 g	3.69 g	17.50 g	6.34 g	1.17 g	14.74 g	15.86 g	2.72 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
47.82 g	0.06 g	1.72 g	57.01 g	3.21 g	3.15 g	84.70 g	10.00 g	1.86 g	61.29 g	8.90 g	2.07 g	42.74 g	0.89 g	3.78 g		
1,9		9,15,(12)			1,7,9,(3)			1			1					
Uzsonna	Mogyorómentes 4-6 éves	Sertés párizsi Liga margarin Félbarna kenyér Paprika			Sajt szelet Liga margarin Zsemle Körte			Zala felvágott Liga margarin Félbarna kenyér Paprika			Zöldfűszeres kockasajt Zsemle			Vaniliás puding Kölesgolyó Alma		
		Energia: 213.58 Kcal / 892.76 KJ			Energia: 350.18 Kcal / 1,463.75 KJ			Energia: 263.41 Kcal / 1,101.05 KJ			Energia: 173.98 Kcal / 727.24 KJ			Energia: 88.50 Kcal / 369.93 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		6.56 g	11.10 g	3.28 g	10.56 g	13.12 g	5.42 g	8.87 g	10.85 g	3.07 g	7.87 g	2.50 g	1.30 g	1.90 g	1.03 g	0.17 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
21.60 g	0.00 g	1.36 g	46.88 g	0.00 g	1.02 g	32.25 g	0.00 g	1.70 g	29.70 g	0.00 g	0.70 g	18.01 g	0.94 g	0.04 g		
1		1,7			1			1,7			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-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!