

Heti étlap 2024.10.14. - 2024.10.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 Tízórai	Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Tejeskávé riztejből Liga margarinos Diétás pékáru BL	Herba tea Diétás pékáru BL Kenőmájással (allergénmentes) Kígyóborkával	Herba tea Sült zöldségkrémes Diétás pékáru BL	Herba tea Sonkakerémes Diétás pékáru BL Liga margarinnal Lilahagymával	Rizstej Mézes Diétás pékáru BL Liga margarinnal										
		Energia: 202.25 Kcal / 845.41 KJ	Energia: 126.57 Kcal / 529.06 KJ	Energia: 139.60 Kcal / 583.53 KJ	Energia: 105.59 Kcal / 441.37 KJ	Energia: 181.59 Kcal / 759.05 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.12 g	8.92 g	2.13 g	2.89 g	5.44 g	2.17 g	0.35 g	8.78 g	2.38 g	1.98 g	3.80 g	1.04 g	0.15 g	8.92 g	2.13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.49 g	21.42 g	0.10 g	16.31 g	15.59 g	0.24 g	14.54 g	13.39 g	0.23 g	15.65 g	13.39 g	0.28 g	24.31 g	16.29 g	0.10 g		
1	1					1	1					1				
Ebéd	Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Magyaros karalábéleves Növényi tejszínes gombás csirkemell Párolt rizszel	Tavaszi zöldségleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával	Burgonyaleves virslivel Diétás pékáruval BL Káposztás tészta Porcukorral Alma	Daragaluska leves Zöldbabfőzelék Vagdalttal Diétás pékáruval BL	Zöldborsókrémleves Pírtott kenyérrackával Rántott sertésszelet Tört burgonyával Házi káposztasalátával										
		Energia: 450.00 Kcal / 1,881.00 KJ	Energia: 491.98 Kcal / 2,056.48 KJ	Energia: 541.98 Kcal / 2,265.48 KJ	Energia: 586.12 Kcal / 2,449.98 KJ	Energia: 709.73 Kcal / 2,966.67 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		18.42 g	15.89 g	1.71 g	16.76 g	19.54 g	5.17 g	15.32 g	10.55 g	2.94 g	20.20 g	17.95 g	2.57 g	22.00 g	38.18 g	5.45 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.61 g	0.02 g	3.08 g	61.19 g	6.46 g	3.20 g	95.05 g	14.34 g	2.74 g	85.70 g	21.91 g	2.29 g	67.89 g	2.41 g	3.39 g		
1,3,9	1,3,9					1,3	1,3,9					1,3				
Uzsonna	Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Csirkemellsonkás Diétás pékáru BL Liga margarinnal Paprikával	Vaníliás szív	Olasz felvágottas Diétás pékáru BL Liga margarinnal Salátalevével	Növényi szendvicserémes Diétás pékáru BL	Liga margarinos Diétás pékáru BL Violife növényi sajt szelettel										
		Energia: 90.27 Kcal / 377.33 KJ	Energia: 221.05 Kcal / 923.99 KJ	Energia: 131.72 Kcal / 550.59 KJ	Energia: 49.49 Kcal / 206.87 KJ	Energia: 68.52 Kcal / 286.41 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.69 g	7.62 g	2.09 g	0.84 g	5.10 g	1.50 g	2.84 g	13.17 g	4.19 g	0.25 g	4.80 g	4.20 g	0.05 g	7.35 g	1.90 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
1.63 g	0.00 g	0.53 g	41.10 g	2.10 g	0.58 g	0.32 g	0.00 g	0.94 g	1.45 g	0.00 g	0.32 g	0.49 g	0.00 g	0.10 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-szulfít	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!



Élelmezésvezető