

Heti étlap 2023.11.20 - 2023.11.24

eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Tízórai		Poharas tej Margarinos Rozskenyér Mézzel			Citromos tea Margarinos Korpás kenyér Sajt szelettel Paradicsommal			Vaníliás tej Fahéjas csiga			Meggyes tea Majonézes tonhalkrémes Graham kenyér Paprikával			Házi gyümölcsjoghurt Kiflivel
Energia: 359.99 Kcal / 1,504.76 KJ				Energia: 326.31 Kcal / 1,363.98 KJ			Energia: 328.39 Kcal / 1,372.67 KJ			Energia: 431.13 Kcal / 1,802.12 KJ			Energia: 277.00 Kcal / 1,157.86 KJ			
Fehérje	Zsír			T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
13.95 g	6.26 g			7.80 g	10.27 g	7.83 g	4.29 g	11.27 g	7.72 g	2.72 g	8.51 g	17.58 g	4.79 g	9.64 g	6.40 g	3.42 g
Szénhidrát	Cukor			Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
61.73 g	16.20 g	1.15 g	53.45 g	19.98 g	1.28 g	53.07 g	24.98 g	0.44 g	59.07 g	19.99 g	1.24 g	44.85 g	12.79 g	0.92 g		
1,7			1,7			1,7			1,3,4,7,10			1,7				
Ebéd		Palócgulyás leves Félbarna kenyérral Mákos tészta Alma			Kertészleves Zöldfűszeres csirkemell Párolt rizszel Párolt zöldséggel			Magyaros csipetkeleves Zöldborsó főzelék Csirke nuggettsel Félbarna kenyérral Alma			Kukoricakrémleves Tortilla chipsszel Sertéspaprikás Főtt tésztával Céklasalátával			Paradicsom leves Sült csirkecomb Petrezselymes burgonyával Házi káposztasalátával		
		Energia: 644.75 Kcal / 2,695.06 KJ			Energia: 591.04 Kcal / 2,470.55 KJ			Energia: 775.64 Kcal / 3,242.18 KJ			Energia: 923.46 Kcal / 3,860.06 KJ			Energia: 804.39 Kcal / 3,362.35 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		23.55 g	18.30 g	4.28 g	28.24 g	15.44 g	1.83 g	42.72 g	24.55 g	2.64 g	30.40 g	44.01 g	11.22 g	48.83 g	20.89 g	3.73 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
95.56 g	10.00 g	2.00 g	72.92 g	0.03 g	2.37 g	94.92 g	20.00 g	8.20 g	99.98 g	37.04 g	3.20 g	104.59 g	37.16 g	7.64 g		
1,7,9,(3)			9			1,3,7,9			1,7,9,15,(3),(12)			1,3,9,(10)				
Uzsonna		Margarinos Zsemle Paprikás szalámmal			Helyben sült csokoládékrémes párna			Margarinos Rozskenyér Pulykamell sonkával Jégcsapretekkel			Margarinos Félbarna kenyér Toast felvágottal Uborkával			Kakaós minikuglóf Alma		
		Energia: 228.02 Kcal / 953.12 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 234.89 Kcal / 981.84 KJ			Energia: 248.86 Kcal / 1,040.23 KJ			Energia: 466.20 Kcal / 1,948.72 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.64 g	9.22 g	3.45 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	12.50 g	4.13 g	6.45 g	13.94 g	4.86 g	2.06 g	10.14 g	17.50 g	12.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.55 g	0.00 g	0.72 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	36.98 g	4.68 g	1.53 g	37.24 g	3.30 g	0.40 g	65.80 g	21.50 g	1.06 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(7)			1,(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-csillagfűt 16-édesgyökér

2-rák 5-földimogyoró 8-diófélék 11-szezám 14-puhatestűek

3-tojás 6-szója 9-zeller 12-kéndioxid-szulfit 15-mesterséges édesítőszer

Quadro Byte Zrt

1/1
Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

2023.11.14 11:21:31 | QB - Élelem