


Heti étlap 2021.02.22 - 2021.02.26

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|---|----------------------|--|---------|----------|---|-----------|----------|---|---------|----------|--|---------|----------|---|---------|----------|
|  Tízórai | Diab 20-50-20 | Herba tea, Mirbest Párizsi allergénM, Liga margarin, Paprika, Teljes kiőrlésű kenyér | | | Herba tea, Sült hús krém, Teljes kiőrlésű kenyér, | | | Herba tea, Vaniliás köleskrém, Teljes kiőrlésű kenyér | | | Herba tea, Csirkemell sonka, Liga margarin, Paradicsom, Teljes kiőrlésű kenyér | | | Herba tea, Csirkemell sonka, Liga margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, | | |
| | | Energia: 324.58 Kcal / 1,356.74 KJ | | | Energia: 328.83 Kcal / 1,374.51 KJ | | | Energia: 131.73 Kcal / 550.63 KJ | | | Energia: 284.42 Kcal / 1,188.88 KJ | | | Energia: 275.66 Kcal / 1,152.26 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 9.26 g | 21.92 g | 6.58 g | 6.86 g | 23.94 g | 6.71 g | 4.70 g | 0.82 g | 0.11 g | 11.22 g | 15.72 g | 4.22 g | 10.82 g | 15.64 g | 4.20 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 21.60 g | 0.04 g | 1.53 g | 20.50 g | 0.04 g | 0.92 g | 25.68 g | 0.29 g | 0.42 g | 23.60 g | 0.04 g | 1.48 g | 22.00 g | 0.04 g | 1.47 g | | |
| 1,15 | | | 1,15 | | | 1,15,(12) | | | 1,15 | | | 1,15 | | | | |
| Ebéd | Diab 20-50-20 | Palócgulyás leves, Tejberizs | | | Paradicsom leves, Levesbetét, Rakott karfiol kölessel | | | Magyaros karalábé leves, Sertéspörkölt, Sárgaborsófőzelék | | | Szilvaleves, Csirkepörkölt (comb), Párolt barna rizs, céklasaláta | | | Csontleves , Levesbetét, Hal fasírt kenyés és tojás nélkül, Petrezselymes burgonya, Barack befőtt | | |
| | | Energia: 411.57 Kcal / 1,720.36 KJ | | | Energia: 612.20 Kcal / 2,559.00 KJ | | | Energia: 559.23 Kcal / 2,337.58 KJ | | | Energia: 338.34 Kcal / 1,414.26 KJ | | | Energia: 637.10 Kcal / 2,663.08 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 10.90 g | 13.98 g | 3.35 g | 23.12 g | 34.65 g | 7.70 g | 25.83 g | 28.75 g | 6.35 g | 16.81 g | 6.59 g | 1.09 g | 24.48 g | 36.12 g | 7.87 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 59.38 g | 6.59 g | 1.97 g | 51.72 g | 0.50 g | 4.42 g | 49.38 g | 0.03 g | 4.16 g | 51.90 g | 10.24 g | 3.68 g | 52.38 g | 0.53 g | 4.19 g | | |
| 15 | | | 9,15 | | | 15,(12) | | | 4,9,15 | | | | | | | |
| Uzsonna | Diab 20-50-20 | Sonkakrém Liga margarinnal, Teljes kiőrlésű kenyér | | | Padlizsánkrém házi, Paprika, Teljes kiőrlésű kenyér | | | Álom sonka, Liga margarin, Jégcsapretek, Teljes kiőrlésű kenyér | | | Álom sonka, Liga margarin, Teljes kiőrlésű kenyér | | | Mirbest Párizsi allergénM, Liga margarin, Salátalevél, Teljes kiőrlésű kenyér | | |
| | | Energia: 171.93 Kcal / 718.67 KJ | | | Energia: 215.59 Kcal / 901.17 KJ | | | Energia: 278.72 Kcal / 1,165.05 KJ | | | Energia: 273.07 Kcal / 1,141.43 KJ | | | Energia: 315.18 Kcal / 1,317.45 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 8.23 g | 6.36 g | 1.75 g | 5.02 g | 11.22 g | 2.88 g | 11.26 g | 15.68 g | 4.21 g | 10.82 g | 15.64 g | 4.20 g | 8.87 g | 21.82 g | 6.58 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 20.22 g | 0.00 g | 1.14 g | 23.37 g | 0.00 g | 0.77 g | 22.97 g | 6.24 g | 1.49 g | 21.92 g | 0.00 g | 1.47 g | 20.45 g | 0.00 g | 1.53 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-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

.....
 Élelmezésvezető