


Heti étlap 2021.02.22 - 2021.02.26

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Diab. 180g	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, Liga margarin, Csirkemell sonka, Teljes kiőrlésű kenyér,		
		Energia: 341.15 Kcal / 1,426.01 KJ			Energia: 345.40 Kcal / 1,443.77 KJ			Energia: 148.30 Kcal / 619.89 KJ			Energia: 300.99 Kcal / 1,258.14 KJ			Energia: 292.23 Kcal / 1,221.52 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9.91 g	22.01 g	6.59 g	7.51 g	24.03 g	6.72 g	5.35 g	0.91 g	0.12 g	11.87 g	15.81 g	4.23 g	11.47 g	15.73 g	4.21 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
24.88 g	0.04 g	1.60 g	23.78 g	0.04 g	0.99 g	28.96 g	0.29 g	0.49 g	26.88 g	0.04 g	1.55 g	25.28 g	0.04 g	1.54 g		
1,15			1,15			1,15,(12)			1,15			1,15				
Ebéd	Diab. 180g	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: 473.82 Kcal / 1,980.57 KJ			Energia: 830.14 Kcal / 3,469.99 KJ			Energia: 807.90 Kcal / 3,377.02 KJ			Energia: 491.70 Kcal / 2,055.31 KJ			Energia: 732.55 Kcal / 3,062.06 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		13.32 g	18.07 g	4.39 g	31.84 g	47.60 g	10.66 g	38.07 g	43.26 g	10.18 g	26.75 g	10.66 g	1.79 g	26.37 g	40.52 g	8.25 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
63.20 g	6.59 g	2.50 g	68.27 g	0.50 g	6.04 g	66.58 g	0.04 g	5.77 g	70.84 g	10.99 g	5.12 g	64.47 g	0.54 g	5.23 g		
15			9,15			15,(12)			15,(12)			4,9,15				
Uzsonna	Diab. 180g	Sonkakrém Liga margarinna, 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: 188.50 Kcal / 787.93 KJ			Energia: 232.16 Kcal / 970.43 KJ			Energia: 295.29 Kcal / 1,234.31 KJ			Energia: 289.64 Kcal / 1,210.70 KJ			Energia: 331.75 Kcal / 1,386.72 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8.88 g	6.45 g	1.76 g	5.67 g	11.31 g	2.89 g	11.91 g	15.77 g	4.22 g	11.47 g	15.73 g	4.21 g	9.52 g	21.91 g	6.59 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
23.50 g	0.00 g	1.21 g	26.65 g	0.00 g	0.84 g	26.25 g	6.24 g	1.56 g	25.20 g	0.00 g	1.54 g	23.73 g	0.00 g	1.60 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-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!

.....
Élelmezésvezető