


Heti étlap 2021.02.22 - 2021.02.26

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Tej,szója és olajosmagmentes	Herba tea, Mirbest Párizsi allergénM, Liga margarin, Félbarna kenyér, Paprika,			Vaníliás rizstej, Sült hús krém, Zsemle,			Herba tea, Vaníliás köleskrém, Zsemle			Herba tea, Liga margarin, Paradicsom, Csirkemell sonka			Rizstej, Áfonyalekvár, Liga margarin, Zsemle		
		Energia: 610.88 Kcal / 2,553.48 KJ			Energia: 706.79 Kcal / 2,954.38 KJ			Energia: 440.40 Kcal / 1,840.87 KJ			Energia: 260.36 Kcal / 1,088.30 KJ			Energia: 604.42 Kcal / 2,526.48 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		17.04 g	22.60 g	6.55 g	12.38 g	26.98 g	7.30 g	10.19 g	1.22 g	0.37 g	7.24 g	15.20 g	4.19 g	9.65 g	17.56 g	4.41 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
84.10 g	19.98 g	3.51 g	101.76 g	31.97 g	1.52 g	96.58 g	30.77 g	1.02 g	23.34 g	19.98 g	1.06 g	100.10 g	28.28 g	1.23 g		
1			1			1			1			1,(12)				
Ebéd	Tej,szója és olajosmagmentes	Palócgulyás leves, Tejberizs rizstejjel, Fahéjas porcukor szórat			Paradicsom leves, Rakott karfiol kölessel, Levesbetét			Magyaros karalábéleves, Sertés pörkölt, Sárgaborsófézelék			Szilvaleves, Csirkepörkölt (comb), Alma, Párolt rizs			Csontleves , Levesbetét, Rántott halfilé, Burgonyapüré, Káposztasaláta		
		Energia: 778.49 Kcal / 3,254.09 KJ			Energia: 803.04 Kcal / 3,356.71 KJ			Energia: 738.40 Kcal / 3,086.51 KJ			Energia: 780.82 Kcal / 3,263.83 KJ			Energia: 1,008.44 Kcal / 4,215.28 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		15.89 g	19.92 g	4.36 g	28.04 g	31.75 g	8.17 g	43.69 g	33.47 g	5.32 g	30.88 g	15.67 g	2.47 g	36.35 g	51.41 g	5.62 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
132.11 g	49.12 g	2.63 g	100.60 g	39.96 g	6.77 g	65.55 g	0.00 g	2.49 g	127.06 g	25.97 g	4.71 g	99.27 g	8.19 g	5.25 g		
1			1,3,9			1,9			1			1,3,4,9				
Uzsonna	Tej,szója és olajosmagmentes	Zsemle, Alma, Sonkakrém Liga margarinnal			Padlizsánkrém házi, Paprika, Félbarna kenyér			Álom sonka, Liga margarin, Jégcsapretek, Félbarna kenyér			vaníliás-meggyes puding , Zsemle			Mirbest Párizsi allergénM, Liga margarin, Salátalevél, Félbarna kenyér, Alma		
		Energia: 395.54 Kcal / 1,653.36 KJ			Energia: 424.18 Kcal / 1,773.07 KJ			Energia: 487.31 Kcal / 2,036.96 KJ			Energia: 320.94 Kcal / 1,341.53 KJ			Energia: 575.95 Kcal / 2,407.47 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		14.25 g	7.14 g	1.98 g	12.80 g	11.90 g	2.85 g	19.04 g	16.36 g	4.18 g	9.59 g	1.29 g	0.33 g	17.25 g	23.10 g	6.55 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
67.56 g	0.00 g	1.76 g	65.97 g	0.00 g	2.75 g	65.57 g	6.24 g	3.47 g	66.97 g	3.80 g	1.02 g	73.55 g	0.00 g	3.53 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