


Heti étlap 2022.05.16. -2022.05.22.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(01185) PKU	Herba tea, Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Kenyér, PKU			Herba tea, Brokkolikrém, Kenyér, PKU, Körte			Karamellás rizstej, Liga margarin, Kenyér, PKU			Herba tea, Növényi szendvicsskrém, Kenyér, PKU, Salátalevél			Puncsos rizstej, Liga margarin, Kenyér, PKU		
		Energia: 215.08 Kcal / 899.03 KJ			Energia: 276.13 Kcal / 1,154.22 KJ			Energia: 280.24 Kcal / 1,171.40 KJ			Energia: 196.57 Kcal / 821.66 KJ			Energia: 301.63 Kcal / 1,260.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		0.61 g	9.06 g	1.99 g	1.23 g	10.75 g	2.47 g	0.65 g	9.99 g	2.15 g	0.86 g	6.52 g	4.29 g	0.68 g	10.63 g	2.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32.33 g	14.38 g	0.52 g	43.00 g	14.38 g	0.56 g	45.95 g	23.08 g	0.52 g	33.36 g	14.38 g	0.74 g	49.58 g	22.44 g	0.52 g		
1,(7)			1,(7)			1,(7)			1,(7)			1,(7)				
Ebéd	(01185) PKU	Brokkoli krém lev., Kenyér, PKU, Paprikás burgonya PKUvirslivel			Lebbencsleves, Virsli, PKU, Paraj főzelék, Főtt burgonya 1/2 adag			Paradicsom leves, Levesbetét, PKU Burger Mix, Párolt rizs PKU, Sárgarépa, Cékklasaláta			Hamis gulyásleves, Reszelt VIOLIFE sajt, sajtos tésztához, Főtt tészta, Alma			Tejfőles karfiollevés, Milánói szósz, Főtt tészta, Növényi sajt szórat		
		Energia: 401.61 Kcal / 1,678.73 KJ			Energia: 284.29 Kcal / 1,188.33 KJ			Energia: 514.38 Kcal / 2,150.11 KJ			Energia: 286.62 Kcal / 1,198.07 KJ			Energia: 328.36 Kcal / 1,372.54 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		7.90 g	12.12 g	1.12 g	7.54 g	13.25 g	1.80 g	2.82 g	8.33 g	1.12 g	2.61 g	3.93 g	0.80 g	2.99 g	12.72 g	2.13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
63.77 g	0.99 g	2.77 g	32.85 g	0.01 g	3.57 g	105.27 g	23.20 g	3.86 g	58.94 g	0.01 g	0.08 g	50.02 g	2.52 g	1.68 g		
1,(7)			1,7			1,3,9,15,(12)			1,3,9			1,3,7,9				
Uzsonna	(01185) PKU	Baracklekvár, Liga margarin, Kenyér, PKU			Zellerkrém liga margarinnal, Kenyér, PKU			Növényi szendvicsskrém, Kenyér, PKU, Jégcsapretek			Gombakrém, Kenyér, PKU			Növényi szendvicsskrém, Kenyér, PKU, Uborka		
		Energia: 186.48 Kcal / 779.49 KJ			Energia: 175.20 Kcal / 732.34 KJ			Energia: 145.08 Kcal / 606.43 KJ			Energia: 194.17 Kcal / 811.63 KJ			Energia: 144.60 Kcal / 604.43 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		0.66 g	8.71 g	1.99 g	0.72 g	10.49 g	2.47 g	1.03 g	6.53 g	4.30 g	2.41 g	10.66 g	2.17 g	1.01 g	6.53 g	4.29 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
25.91 g	7.34 g	0.52 g	19.03 g	0.99 g	0.56 g	20.43 g	4.11 g	0.75 g	21.81 g	0.99 g	1.02 g	20.24 g	0.99 g	0.75 g		
1,(7),(12)			1,9,(7)			1,(7)			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-tejterm	10-mustár	13-csillagfűrt
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!

.....
Élelmézszevető

Tételes étlap 2022.05.16 - 2022.05.22

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
5/16/2022	László (01186)	PKU 4-6	T Herba tea	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Violife növényi sajt szelet	17,87	4,28	0,00	0,35	0,00	0,30	0,00	0,00	
			Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
			Kenyér, PKU	390,60	93,45	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)
			E Brokkoli krém lev.	251,52	60,17	2,07	2,69	0,23	6,89	0,00	0,75	1
			Kenyér, PKU	390,60	93,45	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)
			Paprikás burgonya PKUvirslivel	1 036,58	247,99	5,24	7,72	0,80	38,28	0,00	1,60	
			U Baracklevár	123,25	29,48	0,05	0,00	0,00	7,27	6,35	0,00	(12)
			Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
			Kenyér, PKU	390,60	93,45	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)
			Összesen:	3 357,13	803,17	9,17	29,89	5,10	122,01	22,71	3,81	
5/17/2022	László (01186)	PKU 4-6	T Herba tea	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Brokkolikrém	339,38	81,19	0,28	8,77	2,38	0,21	0,00	0,13	
			Kenyér, PKU	390,60	93,45	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)
			Körte	199,36	47,69	0,36	0,27	0,00	10,80	0,00	0,01	
			E Lebbensleves	308,98	73,92	1,10	2,48	0,30	11,57	0,01	2,52	
			Virslí, PKU	64,37	15,40	0,53	1,20	0,00	0,37	0,00	0,31	
			Paraj főzelék	638,57	152,77	4,78	9,48	1,49	11,91	0,00	0,74	1,7
			Főtt burgonya 1/2 adag	176,37	42,20	1,13	0,09	0,01	9,00	0,00	0,00	
			U Zellerkrém liga margarinnal	341,70	81,75	0,13	8,78	2,38	0,43	0,00	0,14	9
			Kenyér, PKU	390,60	93,45	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)
			Összesen:	3 074,82	735,62	9,49	34,49	6,74	94,88	15,38	4,69	
5/18/2022	László (01186)	PKU 4-6	T Karamellás rizstej	515,15	123,24	0,04	1,28	0,16	27,31	22,09	0,00	
			Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
			Kenyér, PKU	390,60	93,45	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)
			E Paradicsom leves	531,48	127,15	1,66	0,85	0,09	28,04	19,98	1,78	1,9
			Levesbetét	176,04	42,11	0,06	0,07	0,06	10,20	0,02	0,05	3
			PKU Burger Mix	38,68	9,25	0,02	0,12	0,00	1,83	0,00	0,00	
			Párolt rizs PKU	1 255,71	300,41	0,26	7,20	0,96	57,61	0,00	1,46	
			Sárgarépa	42,03	10,06	0,30	0,05	0,01	2,03	0,00	0,08	
			Céklasaláta	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49	15,(12)
			U Növényi szendvicskrém	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32	
			Kenyér, PKU	390,60	93,45	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)
Jégcsapretek	11,80	2,83	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01				
Összesen:	3 927,84	939,70	4,50	24,85	7,57	171,65	50,39	5,13				
5/19/2022	László (01186)	PKU 4-6	T Herba tea	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Növényi szendvicskrém	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32	
			Kenyér, PKU	390,60	93,45	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)
			Salátalevél	2,16	0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00	
			E Hamis gulyásleves	362,39	86,70	2,03	2,63	0,35	13,49	0,01	0,07	1,9
			Reszelt VIOLIFE sajt, sajtos tésztához	15,97	3,82	0,00	0,31	0,00	0,27	0,00	0,00	
			Főtt tészta	688,85	164,79	0,22	0,63	0,45	38,88	0,00	0,00	3
			Alma	130,87	31,31	0,36	0,36	0,00	6,30	0,00	0,01	
			U Gombakrém	422,28	100,72	1,82	8,95	2,08	3,21	0,00	0,60	1
			Kenyér, PKU	390,60	93,45	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)
			Összesen:	2 832,60	677,36	5,88	21,11	7,26	114,11	15,38	1,84	
5/20/2022	László (01186)	PKU 4-6	T Puncsos rizstej	604,55	144,63	0,07	1,92	0,24	30,94	21,45	0,00	
			Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
			Kenyér, PKU	390,60	93,45	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)
			E Tejfölös karfiolleves	229,19	54,22	1,67	2,75	0,83	5,84	0,02	0,55	1,7,9
			Milánói szósz	280,85	67,19	1,10	4,77	0,54	4,90	2,50	1,13	
			Főtt tészta	841,10	201,22	0,22	4,74	0,76	38,88	0,00	0,00	3
			Növényi sajt szórat	23,95	5,73	0,00	0,46	0,00	0,40	0,00	0,00	
			U Növényi szendvicskrém	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32	
			Kenyér, PKU	390,60	93,45	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)
			Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
			Összesen:	3 240,27	774,59	4,68	29,88	8,65	119,84	25,95	2,95	

Heti étlap 2022.05.16.-2022.05.22.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(00143) Tej, natív cukormentes es 4-6	Herba tea, Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Teljes kiőrlésű kenyér			Herba tea, Csicseriborsó krém, Teljes kiőrlésű kenyér, Körte			Herba tea, Vaníliás puding diabRIZSTEJ, Teljes kiőrlésű kenyér			Herba tea, Kolbászkrém házi TM, Teljes kiőrlésű kenyér, Salátalevél			Herba tea, Csirkemell sonka, Liga margarin, Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 213.97 Kcal / 894.39 KJ			Energia: 151.74 Kcal / 634.27 KJ			Energia: 75.52 Kcal / 315.67 KJ			Energia: 297.28 Kcal / 1,242.63 KJ			Energia: 249.63 Kcal / 1,043.45 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.00 g	15.08 g	3.82 g	1.93 g	8.87 g	2.28 g	2.07 g	0.57 g	0.06 g	4.87 g	23.50 g	6.33 g	9.80 g	15.51 g	4.19 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
15.76 g 0.04 g 0.51 g			15.22 g 0.04 g 0.31 g			14.79 g 1.24 g 0.21 g			15.66 g 0.04 g 0.84 g			16.84 g 0.04 g 1.36 g				
1,15			1,15			1,15			1,15			1,15				
Ebéd	(00143) Tej, natív cukormentes es 4-6	Brokkoli krém lev., Kölesgolyó, Paprikás burgonya virslivel			Lebbencsleves, Főtt tojás, Paraj főzelék, Főtt burgonya 1/2 adag			Paradicsom leves, Tavaszai bulguros hús, Céklasaláta			Hamis gulyásleves, Köleskása meggyel, Alma			Magyaros karfiollev., Milánói szósz, Növényi sajt szórat, Teljes kiőrlésű főtt tészta		
		Energia: 303.13 Kcal / 1,267.08 KJ			Energia: 426.00 Kcal / 1,780.68 KJ			Energia: 281.98 Kcal / 1,178.68 KJ			Energia: 232.43 Kcal / 971.56 KJ			Energia: 487.00 Kcal / 2,035.66 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.47 g	13.59 g	3.20 g	17.58 g	23.64 g	4.58 g	10.88 g	9.98 g	1.41 g	4.66 g	6.25 g	0.72 g	30.34 g	26.77 g	4.64 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
36.39 g 0.08 g 2.55 g			34.95 g 0.01 g 3.62 g			37.11 g 7.99 g 2.41 g			38.26 g 0.02 g 0.25 g			37.43 g 0.94 g 7.24 g				
1,3,9			1,3,9			1,9,15,12, 9,15,			1,3,15,			1,3,15,				
Uzsonna	(00143) Tej, natív cukormentes es 4-6	Sárgabarack lekvár, diabetikus, Liga margarin, Teljes kiőrlésű kenyér			Mátrai diákcsemege, Liga margarin, Teljes kiőrlésű kenyér			Növényi szendvicskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Jégcsapretek			Zala felvágott, Liga margarin, Teljes kiőrlésű kenyér			Növényi szendvicskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Uborka		
		Energia: 195.80 Kcal / 818.44 KJ			Energia: 234.86 Kcal / 981.71 KJ			Energia: 171.41 Kcal / 716.49 KJ			Energia: 284.35 Kcal / 1,188.58 KJ			Energia: 178.04 Kcal / 744.21 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		1.62 g	14.18 g	3.81 g	7.24 g	16.03 g	4.40 g	3.54 g	9.99 g	8.42 g	8.46 g	20.77 g	6.15 g	3.80 g	10.03 g	8.42 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
14.67 g 0.00 g 0.34 g			15.12 g 0.00 g 1.17 g			17.15 g 6.24 g 0.93 g			15.54 g 0.00 g 1.31 g			18.28 g 0.00 g 0.96 g				
1.15			1			1			1			1				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Allergén lista (kód-allergén)

- | | | | | | |
|----------|----------------|-------------|----------------------|----------------------------|---------------|
| 1-glutén | 4-hal | 7-tejtermék | 10-mustár | 13-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

Tételes étlap 2022.05.16 - 2022.05.22

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
5/16/2022	Laktóz (00143)	Tej, natív cukormentes 4-6	T Herba tea	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00 15	
			Violife növényi sajt szelet	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00	
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Teljes kiőrlésű kenyér	316,59	75,74	2,96	0,39	0,02	15,00	0,00	0,31	1
			E Brokkoli krém lev.	237,76	56,88	1,39	2,61	0,35	6,88	0,02	0,75	
			Kölesgolyó	148,10	35,43	1,30	0,34	0,07	8,00	0,06	0,00	
			Paprikás burgonya virslivel	881,25	210,82	6,78	10,64	2,78	21,51	0,00	1,80	
			U Sárgabarack lekvár, diabetikus	178,41	42,68	0,56	0,05	0,00	9,43	0,00	0,04	15
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Teljes kiőrlésű kenyér	108,83	26,04	1,02	0,14	0,01	5,16	0,00	0,11	1
	Összesen:	2 979,94	712,91	14,09	42,86	10,83	66,82	0,12	3,41			
5/17/2022	Laktóz (00143)	Tej, natív cukormentes 4-6	T Herba tea	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00 15	
			Csicsereborsó krém	370,25	88,58	0,82	8,54	2,28	2,02	0,00	0,22	
			Teljes kiőrlésű kenyér	87,06	20,83	0,82	0,11	0,01	4,13	0,00	0,08	1
			Körte	166,14	39,75	0,30	0,23	0,00	9,00	0,00	0,01	
			E Lebbencsleves	464,83	111,20	2,60	4,46	0,99	14,95	0,01	2,60	1,9,(3)
			Főtt tojás	552,38	132,14	10,80	9,60	2,48	0,48	0,00	0,28	3
			Paraj főzelék	567,53	135,77	2,93	9,48	1,09	9,52	0,00	0,73	1
			Főtt burgonya 1/2 adag	195,98	46,89	1,25	0,10	0,02	10,00	0,00	0,01	
			U Mátrai diákcsemege	133,90	32,03	4,24	1,64	0,58	0,04	0,00	0,66	
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
Teljes kiőrlésű kenyér	316,59	75,74	2,96	0,39	0,02	15,00	0,00	0,31	1			
	Összesen:	3 396,70	812,61	26,76	48,55	11,27	65,30	0,05	5,10			
5/18/2022	Laktóz (00143)	Tej, natív cukormentes 4-6	T Herba tea	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00 15	
			Vaníliás puding diabRIZSTEJ	87,19	20,86	0,03	0,30	0,04	4,39	1,20	0,00	15
			Teljes kiőrlésű kenyér	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,21	1
			E Paradicsom leves	331,05	79,20	1,33	5,23	0,38	6,79	0,00	1,05	9,15
			Tavaszi bulguros hús	585,39	139,29	8,24	4,65	1,03	16,41	0,00	0,13	1
			Céklasaláta	265,38	63,49	1,31	0,10	0,00	13,91	7,99	1,23	15,(12)
			U Növényi szendvicsskrém	407,97	97,60	0,44	9,60	8,40	2,60	0,00	0,64	
			Teljes kiőrlésű kenyér	284,93	68,17	2,66	0,35	0,02	13,50	0,00	0,28	1
			Jégcsapretek	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	6,24	0,02	
				Összesen:	2 213,99	528,92	16,49	20,54	9,90	69,05	15,47	3,56
5/19/2022	Laktóz (00143)	Tej, natív cukormentes 4-6	T Herba tea	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00 15	
			Kolbászkrém házi TM	910,90	217,92	1,82	23,09	6,31	0,45	0,00	0,53	
			Teljes kiőrlésű kenyér	316,59	75,74	2,96	0,39	0,02	15,00	0,00	0,31	1
			Salátalevél	4,32	1,03	0,09	0,02	0,00	0,13	0,00	0,00	
			E Hamis gulyásleves	539,29	129,02	2,70	5,08	0,58	17,69	0,02	0,13	9
			Köleskása meggyel	214,15	51,23	1,36	0,57	0,14	10,07	0,00	0,10	15
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
			U Zala felvágott	340,77	81,52	5,46	6,38	2,33	0,46	0,00	0,80	
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Teljes kiőrlésű kenyér	316,59	75,74	2,96	0,39	0,02	15,00	0,00	0,31	1
	Összesen:	3 402,77	814,06	17,99	50,52	13,20	69,46	0,06	2,40			
5/20/2022	Laktóz (00143)	Tej, natív cukormentes 4-6	T Herba tea	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00 15	
			Csirkemell sonka	184,80	44,21	6,80	1,12	0,37	1,68	0,00	0,85	
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Teljes kiőrlésű kenyér	316,59	75,74	2,96	0,39	0,02	15,00	0,00	0,31	1
			E Magyaros karfiollev.	360,57	85,05	2,52	3,24	0,39	11,73	0,04	1,08	
			Milánói szósz	1 147,27	274,47	23,40	17,74	3,95	5,00	0,00	5,54	15
			Növényi sajt szórat	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00	
			Teljes kiőrlésű főtt tészta	497,13	118,93	4,42	5,10	0,30	20,10	0,90	0,62	1,3
			U Növényi szendvicsskrém	407,97	97,60	0,44	9,60	8,40	2,60	0,00	0,64	
			Teljes kiőrlésű kenyér	316,59	75,74	2,96	0,39	0,02	15,00	0,00	0,31	1
Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01				
	Összesen:	3 828,36	914,67	43,94	52,31	17,25	72,55	0,98	9,56			

Heti étlap 2022.05.16. - 2022.05.22.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(00750) Kímélő étrend (TTOMRFSZ) 4-6	Herba tea, Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Félbarna kenyér			Herba tea, Brokkolikrém, Zsemle, Körte			Karamellás rizstej, Liga margarin, Zsemle			Herba tea, Sült hús krém, Félbarna kenyér, Salátalevél			Puncsos rizstej, Liga margarin, Zsemle		
		Energia: 276.80 Kcal / 1,157.02 KJ			Energia: 319.28 Kcal / 1,334.59 KJ			Energia: 323.38 Kcal / 1,351.73 KJ			Energia: 321.73 Kcal / 1,344.83 KJ			Energia: 344.78 Kcal / 1,441.18 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		5.90 g	7.94 g	1.90 g	5.33 g	9.38 g	2.50 g	4.76 g	8.62 g	2.19 g	7.37 g	12.32 g	3.34 g	4.78 g	9.26 g	2.27 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
45.11 g	13.39 g	1.30 g	52.90 g	13.39 g	0.64 g	55.84 g	22.08 g	0.61 g	44.97 g	13.39 g	1.45 g	59.48 g	21.45 g	0.61 g		
1			1			1			1			1				
Ebéd	(00750) Kímélő étrend (TTOMRFSZ) 4-6	Brokkoli krém lev., Kölesgolyó, Paprikás burgonya virslivel			Lebbencsleves, Roston sült sertés, Paraj főzelék, Főtt burgonya 1/2 adag			Vegyes zöldségkrémleves, Tavaszi bulguros hús, Kölesgolyó, Céklasaláta			Hamis gulyásleves, Tejbedara rizstejjel, Áfonyalekvár, Alma			Magyaros zöldségleves kímélő, Milánói szósz, Főtt tészta, Növényi sajt szórát		
		Energia: 379.24 Kcal / 1,585.22 KJ			Energia: 379.21 Kcal / 1,585.10 KJ			Energia: 401.17 Kcal / 1,676.89 KJ			Energia: 500.92 Kcal / 2,093.85 KJ			Energia: 437.67 Kcal / 1,829.46 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12.52 g	17.66 g	4.40 g	16.18 g	19.73 g	3.30 g	21.50 g	11.11 g	2.46 g	7.03 g	8.08 g	2.62 g	12.68 g	20.18 g	3.01 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
42.34 g	0.04 g	3.03 g	33.57 g	0.63 g	3.75 g	55.10 g	3.45 g	1.81 g	98.06 g	34.28 g	0.34 g	50.72 g	5.38 g	2.62 g		
1			1,(10)			1,9,15,(12)			1,3,9,(12)							
Uzsonna	(00750) Kímélő étrend (TTOMRFSZ) 4-6	Baracklekvár, Liga margarin, Zsemle			Csirkemell sonka, Liga margarin, Félbarna kenyér			Növényi szendvicssaláta, Félbarna kenyér, Jégcsapretek			Zala felvágott, Liga margarin, Zsemle			Növényi szendvicssaláta, Félbarna kenyér, Uborka		
		Energia: 229.63 Kcal / 959.85 KJ			Energia: 240.83 Kcal / 1,006.67 KJ			Energia: 206.81 Kcal / 864.47 KJ			Energia: 240.91 Kcal / 1,007.00 KJ			Energia: 206.33 Kcal / 862.46 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		4.77 g	7.35 g	2.03 g	9.30 g	8.16 g	2.08 g	6.32 g	5.42 g	4.21 g	7.45 g	10.54 g	3.20 g	6.30 g	5.42 g	4.20 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
35.81 g	6.35 g	0.61 g	32.26 g	0.00 g	1.72 g	33.21 g	3.12 g	1.53 g	28.77 g	0.00 g	1.01 g	33.02 g	0.00 g	1.53 g		
1,(12)			1			1			1			1				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.


Allergén lista (kód-allergén)

- | | | | | | |
|----------|----------------|-----------------|----------------------|----------------------------|---------------|
| 1-glutén | 4-hal | 7-tejtermék,1al | 10-mustár | 13-csillagfürt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szszám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető

Heti étlap 2022.05.16. - 2022.05.22.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek					
 <p>Tízórai</p>	<p>903 Tej,szója és olajosmag mentes 4-6 éves</p>	Herba tea, Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Félbarna kenyér			Herba tea, Csicscriborsó krém, Zsemle, Körte			Karamellás rizstej, Liga margarin, Zsemle			Herba tea, Kolbászkrém házi TM, Félbarna kenyér, Salátalevél			Puncsos rizstej, Liga margarin, Zsemle					
		Energia: 276.81 Kcal / 1,157.07 KJ			Energia: 327.21 Kcal / 1,367.74 KJ			Energia: 323.39 Kcal / 1,351.77 KJ			Energia: 318.46 Kcal / 1,331.16 KJ			Energia: 344.78 Kcal / 1,441.18 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		5.90 g	7.95 g	1.90 g	5.90 g	9.17 g	2.41 g	4.76 g	8.63 g	2.19 g	6.84 g	12.16 g	3.16 g	4.79 g	9.27 g	2.27 g			
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát		Cukor	Só				
45.11 g		13.39 g	1.30 g	54.79 g		13.39 g	0.75 g	55.85 g		22.09 g	0.61 g	45.07 g		13.39 g	1.47 g	59.48 g		11.49 g	0.61 g
1		1,10,(12)			1			1			1			1					
<p>Ebéd</p>	<p>903 Tej,szója és olajosmag mentes 4-6 éves</p>	Brokkoli krém lev., Pírtott kenyérbocok, Paprikás burgonya virslivel			Lebbencsleves, Főtt tojás, Paraj főzelék, Főtt burgonya 1/2 adag			Paradicsom leves, Levesbetét, Tavaszi bulguros hús, Céklasaláta			Hamis gulyásleves, Tejbedara rizstejjel, Áfonyalekvár, Alma			Magyaros karfiollev., Milánói szósz, Főtt tészta, Növényi sajt szórat					
		Energia: 373.50 Kcal / 1,561.23 KJ			Energia: 341.66 Kcal / 1,428.14 KJ			Energia: 493.65 Kcal / 2,063.46 KJ			Energia: 500.93 Kcal / 2,093.89 KJ			Energia: 400.64 Kcal / 1,674.68 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		12.33 g	17.52 g	4.36 g	11.77 g	17.88 g	3.22 g	21.98 g	11.79 g	2.49 g	7.04 g	8.08 g	2.63 g	18.06 g	11.79 g	1.55 g			
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát		Cukor	Só				
40.68 g		0.00 g	3.15 g	32.76 g		0.01 g	3.40 g	75.18 g		23.18 g	2.60 g	98.07 g		34.28 g	0.35 g	55.32 g		2.52 g	2.86 g
1		1,3,9			1,3,9,15,(12)			1,3,9,(12)			1,(3)								
<p>Uzsonna</p>	<p>903 Tej,szója és olajosmag mentes 4-6 éves</p>	Baracklekvár, Liga margarin, Zsemle			Mátrai diákcsemege, Liga margarin, Félbarna kenyér			Növényi szendvicssaláta, Félbarna kenyér, Jégcsapretek			Zala felvágott, Liga margarin, Zsemle			Növényi szendvicssaláta, Félbarna kenyér, Uborka					
		Energia: 229.63 Kcal / 959.85 KJ			Energia: 234.75 Kcal / 981.26 KJ			Energia: 206.81 Kcal / 864.47 KJ			Energia: 240.91 Kcal / 1,007.00 KJ			Energia: 206.33 Kcal / 862.46 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		4.77 g	7.35 g	2.03 g	8.02 g	8.42 g	2.19 g	6.32 g	5.42 g	4.21 g	7.45 g	10.54 g	3.20 g	6.30 g	5.42 g	4.20 g			
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát		Cukor	Só				
35.81 g		6.35 g	0.61 g	31.44 g		0.00 g	1.63 g	33.21 g		3.12 g	1.53 g	28.77 g		0.00 g	1.01 g	33.02 g		0.00 g	1.53 g
1,(12)		1			1			1			1			1					

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén 4-hal 7-tejterm 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

Quadro Byte Zrt

114
Oldalak

Ó étvágyat kívánunk!

Élelmiszevizsgáló

2022.03.08 14:20:26 | QB - Élelem

Heti étlap 2022.05.16.-2022.05.22.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(00906) Gluténmentes 4-6 éves	Herba tea, Reszelt sajt, Liga margarin, Gluténmentes pékáru			Herba tea, Csicseriborsó krém, Gluténmentes pékáru, Körte			Karamellás tej, Liga margarin, Gluténmentes pékáru			Herba tea, Kolbászkrem házi TM, Gluténmentes pékáru, Salátalevél			Puncsos tej, Liga margarin, Gluténmentes pékáru		
		Energia: 334.81 Kcal / 1,399.51 KJ			Energia: 336.61 Kcal / 1,407.03 KJ			Energia: 374.35 Kcal / 1,564.78 KJ			Energia: 309.28 Kcal / 1,292.79 KJ			Energia: 367.74 Kcal / 1,537.15 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.65 g	13.49 g	5.18 g	4.84 g	9.82 g	2.48 g	10.49 g	11.02 g	3.73 g	4.60 g	12.56 g	3.36 g	10.50 g	11.02 g	3.74 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
41.38 g	13.79 g	1.00 g	53.79 g	13.79 g	0.73 g	54.93 g	17.14 g	0.86 g	41.19 g	13.79 g	0.76 g	53.27 g	13.02 g	0.86 g		
7		10,(12)			7			7			7					
Ebéd	(00906) Gluténmentes 4-6 éves	Brokkoli krém lev., Kölesgolyó, Paprikás burgonya virslivel			Lebbencsleves, Roston sült sertés, Paraj főzelék, Főtt burgonya 1/2 adag			Paradicsom leves, Levesbetét, Tavasz rizses hús, Céklasaláta			Hamis gulyásleves, Tejbe kukoricadara, Áfonyalekvár, Alma			Tejfölös karfiollev., Milánói szósz, Főtt tészta, Reszelt sajt		
		Energia: 387.89 Kcal / 1,621.38 KJ			Energia: 382.42 Kcal / 1,598.52 KJ			Energia: 543.78 Kcal / 2,273.00 KJ			Energia: 418.59 Kcal / 1,749.71 KJ			Energia: 518.63 Kcal / 2,167.87 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.01 g	17.84 g	4.61 g	15.44 g	20.00 g	3.44 g	20.01 g	12.03 g	2.56 g	12.27 g	7.09 g	2.23 g	19.57 g	23.47 g	6.39 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
43.54 g	0.06 g	3.06 g	34.52 g	0.63 g	3.77 g	87.00 g	23.48 g	2.68 g	75.37 g	24.40 g	0.67 g	56.40 g	5.40 g	2.69 g		
7		(10)			15,(12)			7,9,(12)			7					
Uzsonna	(00906) Gluténmentes 4-6 éves	Baracklevár, Liga margarin, Gluténmentes pékáru			Mátrai diákcsemege, Liga margarin, Gluténmentes pékáru			Magyaros vajkrém, Gluténmentes pékáru, Jégcsapretek			Zala felvágott, Liga margarin, Gluténmentes pékáru			Natúr sajtkrém, Gluténmentes pékáru, Uborka		
		Energia: 239.03 Kcal / 999.15 KJ			Energia: 225.57 Kcal / 942.88 KJ			Energia: 224.79 Kcal / 939.62 KJ			Energia: 250.31 Kcal / 1,046.30 KJ			Energia: 224.01 Kcal / 936.36 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.71 g	8.00 g	2.10 g	5.78 g	8.82 g	2.39 g	4.36 g	9.02 g	4.08 g	6.39 g	11.19 g	3.27 g	4.94 g	8.72 g	4.78 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
34.81 g	6.75 g	0.59 g	27.56 g	0.40 g	0.92 g	28.43 g	3.52 g	0.51 g	27.77 g	0.40 g	0.99 g	28.24 g	0.40 g	0.74 g		
(12)		7			7			7			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.1	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!

.....
Elelmezésvezető

Heti étlap 2022.05.16. - 2022.05.22.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			
 Tízórai	911 Mindenmentes 4-6 éves	Herba tea, Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Félbarna kenyér			Herba tea, Csicseriborsó krém, Zsemle, Körte			Karamellás rizstej, Liga margarin, Zsemle			Herba tea, Kolbászkрем házi TM, Félbarna kenyér, Salátalevél			Puncsos rizstej, Liga margarin, Zsemle			
		Energia: 276.81 Kcal / 1,157.07 KJ			Energia: 327.21 Kcal / 1,367.74 KJ			Energia: 323.39 Kcal / 1,351.77 KJ			Energia: 318.46 Kcal / 1,331.16 KJ			Energia: 344.78 Kcal / 1,441.18 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	
		5.90 g	7.95 g	1.90 g	5.90 g	9.17 g	2.41 g	4.76 g	8.63 g	2.19 g	6.84 g	12.16 g	3.16 g	4.79 g	9.27 g	2.27 g	
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só		
45.11 g			13.39 g			1.30 g			54.79 g			13.39 g			0.75 g		
55.85 g			22.09 g			0.61 g			45.07 g			13.39 g			1.47 g		
59.48 g			21.45 g			0.61 g											
		1			1,10,(12)			1			1			1			
Ebéd	911 Mindenmentes 4-6 éves	Brokkoli krém lev., Pirított kenyérkocka, Paprikás burgonya virslivel			Lebbencsleves tojás-és olajsmagmentes, Roston sült sertés, Paraj főzelék, Főtt burgonya 1/2 adag			Paradicsom leves, Levesbetét, Tavasz bulguros hús, Céklasaláta			Hamis gulyásleves, Tejbedara, Áfonyalekvár, Alma			Magyaros karfiollev., Milánói szósz, Főtt tészta, Növényi sajt szórat			
		Energia: 373.50 Kcal / 1,561.23 KJ			Energia: 364.58 Kcal / 1,523.94 KJ			Energia: 491.02 Kcal / 2,052.46 KJ			Energia: 456.19 Kcal / 1,906.87 KJ			Energia: 436.25 Kcal / 1,823.53 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	
		12.33 g	17.52 g	4.36 g	15.69 g	19.98 g	3.33 g	21.20 g	11.61 g	2.45 g	12.10 g	14.71 g	10.06 g	13.88 g	17.18 g	2.67 g	
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só		
40.68 g			0.00 g			3.15 g			29.93 g			0.38 g			3.76 g		
75.63 g			23.48 g			2.56 g			67.77 g			24.39 g			0.63 g		
55.76 g			5.40 g			2.26 g											
		1			1,(10)			1,9,15,(12)			1,7,9,(12)						
Uzsonna	911 Mindenmentes 4-6 éves	Áfonyalekvár, Liga margarin, Zsemle			Mátrai diákcsemege, Liga margarin, Félbarna kenyér			Növényi szendvicsskrém, Félbarna kenyér, Jégcsapretek			Zala felvágott, Liga margarin, Zsemle			Növényi szendvicsskrém, Félbarna kenyér, Uborka			
		Energia: 235.86 Kcal / 985.89 KJ			Energia: 234.75 Kcal / 981.26 KJ			Energia: 206.81 Kcal / 864.47 KJ			Energia: 240.91 Kcal / 1,007.00 KJ			Energia: 206.33 Kcal / 862.46 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	
		4.77 g	7.35 g	2.03 g	8.02 g	8.42 g	2.19 g	6.32 g	5.42 g	4.21 g	7.45 g	10.54 g	3.20 g	6.30 g	5.42 g	4.20 g	
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só		
37.31 g			7.38 g			0.62 g			31.44 g			0.00 g			1.63 g		
33.21 g			3.12 g			1.53 g			28.77 g			0.00 g			1.01 g		
33.02 g			0.00 g			1.53 g											
		1,(12)			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-tejterm | 10-mustár | 13-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélé | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |
| Quadro Byte Zrt | | 1/1
Oldalak | | | |

Író étvágyat kívánunk!

.....
Élelmésvetető
 2022.02.23 7:13:00 | QB - Élelem

Heti étlap 2022.05.16. - 2022.05.22.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(00957) Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	Herba tea, Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Gluténmentes pékáru			Herba tea, Csicscriborsó krém, Gluténmentes pékáru, Körte			Karamellás rizstej, Liga margarin, Gluténmentes pékáru			Herba tea, Kolbászkrém házi TM, Gluténmentes pékáru, Salátalevél			Puncsos rizstej, Liga margarin, Gluténmentes pékáru		
		Energia: 267.63 Kcal / 1,118.69 KJ			Energia: 336.61 Kcal / 1,407.03 KJ			Energia: 332.79 Kcal / 1,391.06 KJ			Energia: 309.28 Kcal / 1,292.79 KJ			Energia: 354.18 Kcal / 1,480.47 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.66 g	8.35 g	2.10 g	4.84 g	9.82 g	2.48 g	3.70 g	9.28 g	2.26 g	4.60 g	12.56 g	3.36 g	3.73 g	9.92 g	2.34 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
41.23 g	13.79 g	0.59 g	53.79 g	13.79 g	0.73 g	54.85 g	22.49 g	0.59 g	41.19 g	13.79 g	0.76 g	58.48 g	21.85 g	0.59 g		
Ébéd	(00957) Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	Brokkoli krém lev., Kölesgolyó, Paprikás burgonya virslivel			Lebbencsleves, Roston sült sertés, Paraj főzelék, Főtt burgonya 1/2 adag			Paradicsom leves, Levesbetét, Tavasz rizses hús, Céklasaláta			Hamis gulyásleves, Rizstejbe kukoricadara, Áfonyalekvár, Alma			Magyaros karfiollev., Milánói szósz, Főtt tészta, Növényi sajt szórat		
		Energia: 369.57 Kcal / 1,544.80 KJ			Energia: 382.42 Kcal / 1,598.52 KJ			Energia: 543.78 Kcal / 2,273.00 KJ			Energia: 403.28 Kcal / 1,685.71 KJ			Energia: 409.46 Kcal / 1,711.54 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.06 g	18.09 g	4.42 g	15.44 g	20.00 g	3.44 g	20.01 g	12.03 g	2.56 g	4.63 g	5.84 g	0.65 g	13.16 g	13.71 g	1.61 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
39.53 g	0.04 g	3.28 g	34.52 g	0.63 g	3.77 g	87.00 g	23.48 g	2.68 g	81.25 g	33.46 g	0.37 g	57.62 g	5.40 g	2.88 g		
Uzsonna	(00957) Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	Baracklekvár, Liga margarin, Gluténmentes pékáru			Mátrai diákcsemege, Liga margarin, Gluténmentes pékáru			Növényi szendvicssaláta, Gluténmentes pékáru, Jégcsapretek			Zala felvágott, Liga margarin, Gluténmentes pékáru			Növényi szendvicssaláta, Gluténmentes pékáru, Uborka		
		Energia: 239.03 Kcal / 999.15 KJ			Energia: 225.57 Kcal / 942.88 KJ			Energia: 197.63 Kcal / 826.09 KJ			Energia: 250.31 Kcal / 1,046.30 KJ			Energia: 197.15 Kcal / 824.09 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.71 g	8.00 g	2.10 g	5.78 g	8.82 g	2.39 g	4.08 g	5.82 g	4.41 g	6.39 g	11.19 g	3.27 g	4.06 g	5.82 g	4.40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
34.81 g	6.75 g	0.59 g	27.56 g	0.40 g	0.92 g	29.33 g	3.52 g	0.82 g	27.77 g	0.40 g	0.99 g	29.14 g	0.40 g	0.82 g		

(12)

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-tejterm	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	

Ó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

2022.02.22 11:37:20 | QB - Élelem

