

Heti étlap 2023.08.14 - 2023.08.18

eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	320 Glutén, szója, hal és olajos mentes 4-6 éves	Tej, Szilvalekvár, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea CM, Pulykamell sonka , Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Karamellás tej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea CM, Pritaminos sajtkrém, Gluténmentes pékáru			Herba tea CM, Magyaros vajkrém, Gluténmentes pékáru, Paprika		
		Energia: 327.29 Kcal / 1,368.07 KJ			Energia: 285.45 Kcal / 1,193.18 KJ			Energia: 356.79 Kcal / 1,491.38 KJ			Energia: 257.52 Kcal / 1,076.43 KJ			Energia: 279.68 Kcal / 1,169.06 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.59 g	11.00 g	3.73 g	7.06 g	8.56 g	2.28 g	10.46 g	11.00 g	3.73 g	4.53 g	6.79 g	3.64 g	4.38 g	9.06 g	4.07 g
Ebéd	320 Glutén, szója, hal és olajos mentes 4-6 éves	Zölborsóleves, Bolognai szósz, Főtt tészta, Reszelt sajt			Alföldi gulyásleves, Tejbe kukoricadara, Fahéjas porcukor, GM pékáru, ebédhez, Alma			Rántottleves, Sertés pörkölt, Tökfőzelék, GM pékáru, ebédhez			Csontleves , Levesbetét, Húsgombóc menza, Paradicsommártás, Főtt burgonya			Zellerkrém lev. , Kölesgolyó, Borsos tokány , Párolt rizs		
		Energia: 576.07 Kcal / 2,407.97 KJ			Energia: 605.83 Kcal / 2,532.37 KJ			Energia: 465.43 Kcal / 1,945.50 KJ			Energia: 702.89 Kcal / 2,938.08 KJ			Energia: 520.19 Kcal / 2,174.39 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		20.27 g	28.12 g	8.22 g	19.33 g	10.78 g	3.17 g	12.79 g	24.44 g	6.60 g	27.01 g	29.14 g	9.12 g	15.64 g	24.45 g	5.71 g
Uzsonna	320 Glutén, szója, hal és olajos mentes 4-6 éves	Sertés párizsi, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paprika			Sajt szelet, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Zala felvágott, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Jégcsapretek			Mátrai diákcsemege, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, kígyóuborka			Diétás péksütemény		
		Energia: 256.10 Kcal / 1,070.50 KJ			Energia: 280.08 Kcal / 1,170.73 KJ			Energia: 253.12 Kcal / 1,058.04 KJ			Energia: 230.26 Kcal / 962.49 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.28 g	11.70 g	3.48 g	8.90 g	13.32 g	5.48 g	6.61 g	11.21 g	3.28 g	6.18 g	8.86 g	2.69 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
28.18 g 0.40 g 1.05 g			27.88 g 0.40 g 0.99 g			28.30 g 3.52 g 1.00 g			28.24 g 4.80 g 0.93 g			31.80 g 18.90 g 0.30 g				

Az étlanváltoztatás igazát 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-sz | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető

Heti étlap 2023.08.14 - 2023.08.20

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	372 Tej-tojásmentes 4-6 éves	Rizstej, Baracklevár, Liga margarin , Diétás pékáru BL		Herba tea CM, Pulykamell sonka , Liga margarin , Diétás pékáru BL			Kakaó rizstejből, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Pritamin Paprika, Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, cheddar, Diétás pékáru BL, Paprika			
		Energia: 318.44 Kcal / 1,331.08 KJ			Energia: 281.46 Kcal / 1,176.50 KJ			Energia: 346.48 Kcal / 1,448.29 KJ			Energia: 248.53 Kcal / 1,038.86 KJ			Energia: 297.33 Kcal / 1,242.84 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		5.69 g	9.65 g	2.17 g	8.98 g	8.29 g	2.12 g	5.83 g	9.86 g	2.31 g	6.02 g	5.59 g	4.24 g	6.24 g	10.39 g	8.44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
51.16 g	14.26 g	0.68 g	42.40 g	13.39 g	1.11 g	57.52 g	21.42 g	0.68 g	43.42 g	13.39 g	0.90 g	44.72 g	13.39 g	1.22 g		
1,(12)		1			1			1			1			1		
Ebéd	372 Tej-tojásmentes 4-6 éves	Zöldborsóleves, Bolognai szósz, Főtt tészta, Növényi sajt szórat		Alföldi gulyásleves, Tejbedara rizstejjel, Kakaó szórat, Diétás pékáru BL, ebédhez, Alma			Rántottleves, Pirított kenyérfocika, Sertéspörkölt, Tökfőzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			Csontleves , Levesbetét, Húsgombóc , Paradicsommártás, Főtt burgonya			Zellerkrém leves, Pirított kenyérfocika, Borsos tokány , Párolt rizs			
		Energia: 537.53 Kcal / 2,246.88 KJ			Energia: 639.37 Kcal / 2,672.57 KJ			Energia: 596.12 Kcal / 2,491.78 KJ			Energia: 495.12 Kcal / 2,069.60 KJ			Energia: 523.70 Kcal / 2,189.07 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		16.50 g	23.48 g	5.36 g	13.28 g	9.61 g	1.85 g	22.94 g	32.16 g	9.48 g	15.49 g	14.61 g	3.97 g	15.95 g	24.70 g	5.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64.35 g	5.42 g	2.37 g	122.54 g	40.16 g	0.87 g	52.69 g	2.02 g	1.96 g	74.06 g	9.76 g	2.63 g	58.78 g	0.00 g	2.85 g		
1,9		1			1,9			9,(1)			1,9			1,9		
Uzsonna	372 Tej-tojásmentes 4-6 éves	Sertés párizsi, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paprika		Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Zala felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Jégcsapretek			Mátrai diákcsemege, Liga margarin , Diétás pékáru BL, kigyóborka			Diétás péksütemény			
		Energia: 252.11 Kcal / 1,053.82 KJ			Energia: 209.83 Kcal / 877.09 KJ			Energia: 249.13 Kcal / 1,041.36 KJ			Energia: 226.27 Kcal / 945.81 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8.20 g	11.43 g	3.32 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g	8.53 g	10.94 g	3.12 g	8.10 g	8.59 g	2.53 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.81 g	0.00 g	1.14 g	28.47 g	0.00 g	0.68 g	28.93 g	3.12 g	1.09 g	28.87 g	4.40 g	1.02 g	31.80 g	18.90 g	0.30 g		
1		1			1			1			1			1		

Az étlanváltoztatás iogát fenntartiuik! Az e 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

Heti étlap 2023.08.14 - 2023.08.18

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
eatrend	Tízórai	Rizstej, Baracklekvár, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Pulykamell sonka , Liga margarin , Diétás pékáru BL			Kakaó rizstejből, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Pritamin Paprika, Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, cheddar, Diétás pékáru BL, Paprika		
		Energia: 318.44 Kcal / 1,331.08 KJ			Energia: 281.46 Kcal / 1,176.50 KJ			Energia: 346.48 Kcal / 1,448.29 KJ			Energia: 248.53 Kcal / 1,038.86 KJ			Energia: 297.33 Kcal / 1,242.84 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.69 g	9.65 g	2.17 g	8.98 g	8.29 g	2.12 g	5.83 g	9.86 g	2.31 g	6.02 g	5.59 g	4.24 g	6.24 g	10.39 g	8.44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
51.16 g	14.28 g	0.68 g	42.40 g	13.39 g	1.11 g	57.52 g	21.42 g	0.68 g	43.42 g	13.39 g	0.90 g	44.72 g	13.39 g	1.22 g		
1,(12)		1			1			1			1			1		
Ebéd	802 Tejmentes 4-6 éves	Zöldborsóleves, Bolognai szósz, Főtt tészta , Növényi sajt szórat			Alföldi gulyásleves, Tejbedara rizstejjel, Kakaó szórat, Diétás pékáru BL, ebédhez, Alma			Tojásleves, Sertéspörkölt, Tökfőzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			Csontleves , Levesbetét, Húsgombóc menza, Paradicsommártás, Főtt burgonya			Zellerkrém leves, Pírtott kenyérfocika, Borsos tokány , Párolt rizs		
		Energia: 524.86 Kcal / 2,193.91 KJ			Energia: 639.37 Kcal / 2,672.57 KJ			Energia: 567.59 Kcal / 2,372.53 KJ			Energia: 714.87 Kcal / 2,988.16 KJ			Energia: 523.70 Kcal / 2,189.07 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		21.70 g	20.22 g	5.15 g	13.28 g	9.61 g	1.85 g	22.45 g	32.54 g	9.63 g	28.19 g	29.60 g	9.24 g	15.95 g	24.70 g	5.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
63.80 g	2.54 g	6.22 g	122.54 g	40.16 g	0.87 g	45.17 g	2.01 g	1.59 g	82.36 g	9.46 g	3.52 g	58.78 g	0.00 g	2.85 g		
1,9,(3)		1			1,3,9			1,3,9			1,3,9			1,9		
Uzsonna	802 Tejmentes 4-6 éves	Sertés párizsi, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paprika			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Zala felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Jégcsapretek			Mátrai diákcsemege, Liga margarin , Diétás pékáru BL, kigyóborka			Diétás péksütemény		
		Energia: 252.11 Kcal / 1,053.82 KJ			Energia: 209.83 Kcal / 877.09 KJ			Energia: 249.13 Kcal / 1,041.36 KJ			Energia: 226.27 Kcal / 945.81 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.20 g	11.43 g	3.32 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g	8.53 g	10.94 g	3.12 g	8.10 g	8.59 g	2.53 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.81 g	0.00 g	1.14 g	28.47 g	0.00 g	0.68 g	28.93 g	3.12 g	1.09 g	28.87 g	4.40 g	1.02 g	31.80 g	18.90 g	0.30 g		
1		1			1			1			1			1		

Az étlanváltoztatás íogát fenntartjuk! Az es Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

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

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

Heti étlap 2023.08.14 - 2023.08.18

eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	903 Tej, szója és olajosmag mentes 4-6 éves	Rizstej, Baracklekvár, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Pulykamell sonka , Liga margarin , Diétás pékáru BL			Kakaó rizstejből, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Pritamin Paprika, Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, cheddar, Diétás pékáru BL, Paprika		
		Energia: 315.76 Kcal / 1,319.88 KJ			Energia: 281.46 Kcal / 1,176.50 KJ			Energia: 346.48 Kcal / 1,448.29 KJ			Energia: 248.53 Kcal / 1,038.86 KJ			Energia: 297.33 Kcal / 1,242.84 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.70 g	9.65 g	2.17 g	8.98 g	8.29 g	2.12 g	5.83 g	9.86 g	2.31 g	6.02 g	5.59 g	4.24 g	6.24 g	10.39 g	8.44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
50.47 g	13.54 g	0.68 g	42.40 g	13.39 g	1.11 g	57.52 g	21.42 g	0.68 g	43.42 g	13.39 g	0.90 g	44.72 g	13.39 g	1.22 g		
1,(12)		1		1		1		1		1		1		1		
Ebéd	903 Tej, szója és olajosmag mentes 4-6 éves	Zölborsóleves, Bolognai szósz, Főtt tészta, Növényi sajt szórát			Alföldi gulyásleves, Tejbedara rizstejjel, Kakaó szórát, Diétás pékáru BL, ebédhez, Alma			Tojásleves, Sertés pörkölt, Tökfőzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			Csontleves , Levesbetét, Paradicsommártás, Húsgombóc menza, Főtt burgonya			Zellerkrém leves, Pirított kenyérgocka, Borsos tokány , Párolt rizs		
		Energia: 507.98 Kcal / 2,123.36 KJ			Energia: 639.37 Kcal / 2,672.57 KJ			Energia: 432.69 Kcal / 1,808.64 KJ			Energia: 702.76 Kcal / 2,937.54 KJ			Energia: 523.70 Kcal / 2,189.07 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.31 g	22.71 g	5.32 g	13.28 g	9.61 g	1.85 g	13.28 g	22.61 g	5.67 g	27.69 g	29.33 g	9.22 g	15.95 g	24.70 g	5.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
59.75 g	5.39 g	2.06 g	122.54 g	40.16 g	0.87 g	43.15 g	2.01 g	1.70 g	80.47 g	9.44 g	3.48 g	58.78 g	0.00 g	2.85 g		
1		1		1,3,9		1,3		1,9		1		1		1		
Uzsonna	903 Tej, szója és olajosmag mentes 4-6 éves	Sertés párizsi, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paprika			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Zala felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Jégcsapretek			Mátrai diákcsemege, Liga margarin , Diétás pékáru BL, kigyóuborka			Diétás péksütemény		
		Energia: 252.11 Kcal / 1,053.82 KJ			Energia: 209.83 Kcal / 877.09 KJ			Energia: 249.13 Kcal / 1,041.36 KJ			Energia: 226.27 Kcal / 945.81 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.20 g	11.43 g	3.32 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g	8.53 g	10.94 g	3.12 g	8.10 g	8.59 g	2.53 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.81 g	0.00 g	1.14 g	28.47 g	0.00 g	0.68 g	28.93 g	3.12 g	1.09 g	28.87 g	4.40 g	1.02 g	31.80 g	18.90 g	0.30 g		
1		1		1		1		1		1		1		1		

Az étlanváltatást tovább 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,lakt | 10-mustár | 13-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szeczám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |

3 étvágyat kívánunk

Élelmezésvezető

