


Heti étlap 2024.04.22 - 2024.04.26

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(05203) TOM,szój,zab,rozs, ban,fok,par M7-14	Tej, Mini méz, Liga margarin, Diétás pékáru BL			Herba tea citromlé nélkül, Mátrai diákcsemege, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Paprika			Herba tea citromlé nélkül, Padlizsánkrém házi, Diétás pékáru BL			Herba tea citromlé nélkül, Sonkakrém Liga margarinnal, Diétás pékáru BL			Kakaó, Liga margarin, Diétás pékáru BL		
		Energia: 368.04 Kcal / 1,538.41 KJ			Energia: 301.27 Kcal / 1,259.31 KJ			Energia: 275.19 Kcal / 1,150.29 KJ			Energia: 260.05 Kcal / 1,087.01 KJ			Energia: 338.97 Kcal / 1,416.89 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12.46 g	10.73 g	3.57 g	10.71 g	9.67 g	2.59 g	5.97 g	8.67 g	2.18 g	8.13 g	6.40 g	1.60 g	10.57 g	18.83 g	6.43 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54.97 g	16.20 g	0.45 g	42.51 g	13.39 g	0.92 g	43.01 g	13.39 g	0.34 g	42.18 g	13.39 g	0.48 g	31.41 g	14.99 g	0.60 g		
1,7			1			1			1			1,7				
Ebéd	(05203) TOM,szój,zab,rozs, ban,fok,par M7-14	Karfiolekrémleves, Pirított kenyérkocka, Rántott halfilé, Kukoricás rizs, Céklasaláta			Vajgaluskaleves, Zöldborsós sertésragu, Tarhonya köret			Vegyes zöldségkrémleves, Pirított kenyérkocka, Gyrosos csirkesült, Sült burgonya, Joghurtos öntet, Vitaminsaláta			Jókai bableves, Grízes tészta, Baracklekvár, Porcukor, Diétás pékáru BL, ebédhez, Alma			Csontleves, Levesbetét, Sült bécsi virsli, Burgonyafőzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez		
		Energia: 751.07 Kcal / 3,139.47 KJ			Energia: 527.25 Kcal / 2,203.91 KJ			Energia: 653.82 Kcal / 2,732.97 KJ			Energia: 961.90 Kcal / 4,020.74 KJ			Energia: 649.66 Kcal / 2,715.58 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		20.54 g	34.54 g	4.40 g	14.84 g	24.58 g	6.37 g	23.00 g	27.71 g	4.49 g	19.38 g	19.04 g	3.64 g	25.45 g	39.97 g	11.72 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
88.08 g	4.82 g	3.08 g	60.26 g	3.21 g	4.05 g	77.63 g	5.01 g	3.95 g	175.76 g	28.38 g	1.57 g	114.13 g	3.54 g	2.98 g		
1,4,15,(12)			9			1,7,9			1,7,9,(12)			1,7,9				
Uzsonna	(05203) TOM,szój,zab,rozs, ban,fok,par M7-14	Paprikás szalámi, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Paprika			Diétás péksütemény			Szendvics sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL, kigyóuborka			Sajt szelet, Liga margarin, Diétás pékáru BL			Sertés párizsi, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Jégcsapretek		
		Energia: 285.55 Kcal / 1,193.60 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ			Energia: 249.26 Kcal / 1,041.91 KJ			Energia: 276.09 Kcal / 1,154.06 KJ			Energia: 219.40 Kcal / 917.09 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8.88 g	14.69 g	4.36 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g	12.64 g	8.19 g	2.40 g	10.82 g	13.05 g	5.32 g	5.29 g	21.32 g	6.56 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.12 g	0.00 g	0.78 g	31.80 g	18.90 g	0.30 g	30.95 g	4.40 g	0.88 g	28.51 g	0.00 g	0.58 g	1.50 g	6.24 g	1.13 g		
1			1			1			1,7			1				

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

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

Kód magyarázat: 800 diéta főköd ; 802 diétás korcsoportoskód

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-mestelenkéntes édesítőszer |