


Heti étlap 2020.09.01. - 2020.09.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek								
 Tízórai	Galactosaemia 7-10		Méz, Liga margarin, Zsemle, Rizstej	Meggyes tea, Liga margarin, Zsemle, Mirbest sonka	Petrezselymes tojáskrém, Barackos tea, Salátalevél, Zsemle	Citromos tea, Póréhagymakarika, Liga margarin, Zsemle								
			Energia: 316.42 Kcal / 1,322.64 KJ	Energia: 313.76 Kcal / 1,311.52 KJ	Energia: 274.39 Kcal / 1,146.95 KJ	Energia: 254.49 Kcal / 1,063.77 KJ								
			Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
			4.82 g	9.26 g	2.27 g	9.09 g	9.02 g	2.61 g	6.21 g	8.58 g	2.34 g	5.12 g	7.41 g	2.03 g
			Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	52.42 g	16.09 g	0.61 g	48.58 g	19.99 g	1.27 g	42.69 g	13.99 g	0.74 g	41.49 g	11.99 g	0.61 g		
		1		1		1,3		1						
Ebéd	Galactosaemia 7-10		Zöldségleves, Levesbetét, Bolognai szósz, Főtt tészta	Magyaros cs.ragu leves, Rizsfelfújt	Vegyes zöldségkrémleves, Sült csirkecomb, Tört burgonya, Almakompót	Meggye leves, Majorannás pulykaragu, Párolt rizs								
			Energia: 535.25 Kcal / 2,237.35 KJ	Energia: 354.38 Kcal / 1,481.31 KJ	Energia: 496.16 Kcal / 2,073.95 KJ	Energia: 494.31 Kcal / 2,066.22 KJ								
			Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
			22.01 g	18.87 g	3.76 g	13.39 g	3.78 g	0.69 g	32.49 g	16.83 g	2.89 g	19.42 g	7.82 g	1.45 g
			Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	69.22 g	2.04 g	2.12 g	68.72 g	0.01 g	3.37 g	58.33 g	1.41 g	3.24 g	85.11 g	9.74 g	2.09 g		
		1,3,9		1,9,15,(12)		1,9		1						
Uzsonna	Galactosaemia 7-10		Mátrai diákcsemege, Liga margarin, Uborka, Zsemle	Csirkemell sonka, Liga margarin, Jégcsapretek, Zsemle	Csicseriborsó krém, Zsemle	Zsemle, Liga margarin, Csirkemell sonka								
			Energia: 227.69 Kcal / 951.74 KJ	Energia: 226.48 Kcal / 946.69 KJ	Energia: 225.71 Kcal / 943.47 KJ	Energia: 222.25 Kcal / 929.01 KJ								
			Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
			8.20 g	8.61 g	2.46 g	8.45 g	7.94 g	2.22 g	5.54 g	8.90 g	2.41 g	8.12 g	7.91 g	2.21 g
			Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	29.08 g	0.00 g	1.11 g	30.17 g	4.68 g	1.05 g	30.60 g	0.00 g	0.73 g	29.38 g	0.00 g	1.04 g		
		1		1		1,10,(12)		1						

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

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

1-glutén 4-hal 7-tejtermék,laktóz 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!

Heti étlap 2020.09.01. - 2020.09.04.

ELLENŐRZÉSVEZETŐ