



## Heti étlap 2025.03.17. - 2025.03.23.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
<b>Ebéd</b>	<b>Ács Szociális A menü</b>	Hamis gulyásleves Sajtos-zöldborsós csirkeragu Orsó tésztával			Erdei gyümölcsleves Rántott sertésszelet Párolt rizzzel Tartármártással Alma			Jókai babeles Félbarna kenyérrrel Mákos piskóta Vanília sodóval			Grízgaluska leves Lencsefőzelék Fasírttal Félbarna kenyérrrel			Tárkonyos sertésraguleves Burgonyás tészta Céklasalátával			Kertészleves Mexikói húsos babragu Félbarna kenyérrrel Alma			Magyaros csipetkeleves Zöldséges fasírt Hagymás tört burgonyával Vitaminsalátával		
		Energia: 882.66 Kcal / 3,689.52 KJ			Energia: 2,017.67 Kcal / 8,433.86 KJ			Energia: 1,648.83 Kcal / 6,892.11 KJ			Energia: 1,149.01 Kcal / 4,802.86 KJ			Energia: 779.50 Kcal / 3,258.31 KJ			Energia: 899.56 Kcal / 3,760.16 KJ			Energia: 1,388.91 Kcal / 5,805.64 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		45.04 g	30.11 g	9.02 g	39.29 g	141.52 g	23.78 g	47.73 g	53.06 g	11.52 g	52.13 g	45.29 g	12.18 g	31.95 g	23.23 g	5.42 g	41.18 g	34.46 g	8.69 g	39.55 g	84.85 g	12.85 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
106.43 g	0.18 g	4.39 g	143.94 g	26.97 g	4.67 g	243.67 g	83.98 g	2.83 g	132.02 g	6.02 g	4.55 g	109.34 g	13.91 g	6.01 g	104.64 g	0.05 g	3.32 g	113.93 g	0.02 g	10.54 g		
1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,10,(12)			1,3,7,(12)			1,3,7,9,10,(12)			1,3,7,9,15,(12)			1,9			1,3,15,(12)				

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

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: [minoségbiztositas@eatrend.hu](mailto:minoségbiztositas@eatrend.hu); 20/419-2804

### Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén      4-hal      7-tejte 10-mustár      13-csillagfürt      16-édesgyökér  
2-rák      5-földimogyoró      8-dióf 11-szezám      14-puhatestűek  
3-tojás      6-szója      9-zelle 12-kéndioxid-sz 15-mesterséges édesítőszer

**Jó étvágyat kívánunk!**

.....  
Élelmezésvezető