

## Heti étlap 2022.11.28 - 2022.12.02

eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	Középiskola B 15-18 éves	Paradicsom leves Gyöngybabfőzelék Sertés pörkölttel Félbarna kenyérrrel			Sárgaborsóleves Főtt sertés Meggymártással Pírtott darával			Zellerkrém leves Levesgyönggyel Székelykáposzta Félbarna kenyérrrel			Tárkonyos zöldségleves Rakott burgonya Csemege uborkával Körte			Magyaros csipetkeleves Eszterházy sertésragu Főtt tésztával		
		Energia: 1,043.49 Kcal / 4,361.79 KJ			Energia: 962.87 Kcal / 4,024.80 KJ			Energia: 760.94 Kcal / 3,180.73 KJ			Energia: 756.58 Kcal / 3,162.50 KJ			Energia: 802,57 Kcal / 3,354,75 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		51.64 g	24.78 g	5.86 g	40.83 g	27.77 g	6.57 g	30.45 g	41.69 g	12.98 g	27.83 g	29.05 g	11.56 g	34.29 g	26,11 g	6,73 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
154.06 g	40.96 g	7.76 g	135.37 g	15.04 g	4.57 g	64.44 g	0.28 g	4.50 g	94.08 g	0.02 g	8.72 g	106.41 g	10,01 g	2,86 g		
1,3,7,9			1,7,9			1,3,7,9,(12)			3,7,9,15,(12)			1,9,(3)				

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

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: [minosegbiztositas@eatrend.hu](mailto: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-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

.....  
Élelmezésvezető