


Heti étlap 2022.09.26 - 2022.09.30

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Ebéd</b>	<b>Felnőtt A menü</b>	Gombaleves Olaszos Rakott tészta			Májgombóc leves Sóska Főtt tojással Főtt burgonyával Alma			Gyümölcsleves Bácskai rizseshús Káposztasalátával			Tarhonya leves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával			Magyaros burgonyaleves Temesvári sertésragu Szarvacska tésztával		
		Energia: 927.43 Kcal / 3,876.66 KJ			Energia: 721.87 Kcal / 3,017.42 KJ			Energia: 857.68 Kcal / 3,585.10 KJ			Energia: 908.67 Kcal / 3,798.24 KJ			Energia: 895.83 Kcal / 3,744.57 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		43.22 g	41.88 g	12.59 g	38.04 g	22.65 g	5.76 g	33.60 g	20.62 g	11.88 g	30.49 g	45.62 g	12.11 g	36.28 g	45.43 g	11.74 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
94.07 g	0.02 g	4.16 g	88.18 g	8.04 g	3.26 g	136.82 g	31.96 g	2.06 g	92.45 g	14.99 g	3.11 g	84.06 g	0.01 g	4.86 g		
1,7,9,(3)			1,3,7,9			1,7			1,3,9			1,3,7,9				
<b>Ebéd</b>	<b>Felnőtt B menü</b>	Gombaleves Mexikói húsos egytálétel			Májgombóc leves Sajtos tejfölös tészta Alma			Gyümölcsleves Hentes tokány Párolt rizzsel			Tarhonya leves Rántott halfilé Burgonyapürével Vitaminsalátával			Magyaros burgonyaleves Húsgolyó Franciasalátával		
		Energia: 913.81 Kcal / 3,819.73 KJ			Energia: 817.63 Kcal / 3,417.69 KJ			Energia: 899.38 Kcal / 3,759.41 KJ			Energia: 1,546.10 Kcal / 6,462.70 KJ			Energia: 995.17 Kcal / 4,159.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		45.25 g	36.71 g	8.49 g	36.83 g	29.57 g	12.93 g	33.09 g	32.20 g	8.60 g	37.91 g	100.47 g	8.70 g	33.19 g	62.73 g	6.44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
100.27 g	0.02 g	4.49 g	99.58 g	0.05 g	2.27 g	121.90 g	25.97 g	4.77 g	118.53 g	7.99 g	6.21 g	72.05 g	5.01 g	4.24 g		
1,9			1,3,7,9			1,7,15,(12)			1,3,4,7			1,3,7,9,10,15,(12)				

Az étlapváltoztatás jogát 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-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

**Jó étvágyat kívánunk!**

.....  
Élelmezésvezető