


Heti étlap 2023.09.18 - 2023.09.22

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	Középiskola 15-18 éves	Jókai bableves Félbarna kenyérrrel Burgonyás tészta Vitaminsaláta			Paradicsom leves Levesbetéttel Roston sült csirkemell Vegyes körettel			Zellerkrém leves Pirított kenyérkockával Rántott halfilé Burgonyapürével Uborkasaláta			Tojásleves Vadas sertés ragu Főtt tésztával			Tejfölös gombaleves Rakott zöldbab		
		Energia: 1,145.29 Kcal / 4,787.31 KJ			Energia: 836.21 Kcal / 3,495.36 KJ			Energia: 1,178.48 Kcal / 4,926.05 KJ			Energia: 781.91 Kcal / 3,268.38 KJ			Energia: 739.55 Kcal / 3,091.32 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		41.00 g	26.69 g	5.33 g	39.15 g	22.44 g	2.72 g	36.20 g	65.49 g	11.32 g	30.95 g	37.52 g	10.17 g	32.64 g	37.48 g	11.25 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
183.39 g	8.04 g	6.10 g	106.19 g	40.19 g	6.92 g	107.26 g	17.03 g	7.11 g	79.19 g	1.01 g	3.42 g	69.09 g	0.05 g	4.31 g		
1,7,9,(3)			1,3,9,(10)			1,3,4,7,9			1,3,7,9,10,(12)			1,3,7,9				

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-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfít	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető