

## Heti étlap 2023.09.18 - 2023.09.22

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Ebéd</b>	<b>Felnőtt</b>	Jókai bableves Félbarna kenyérral Burgonyás tészta Vitaminsalátával Alma			Paradicsomleves Roston sült csirkemell Párolt rizszel Párolt zöldséggel			Zellerkrém leves Pírtott kenyérkockával Rántott halfilé Burgonyapürével Uborkasalátával			Erőleve Rakott zöldbab bulgurral Szilva			Tojásleves Vadas sertés szelet Főtt tésztával		
		Energia: 1,186.07 Kcal / 4,957.77 KJ			Energia: 1,082.06 Kcal / 4,523.01 KJ			Energia: 1,522.63 Kcal / 6,364.59 KJ			Energia: 746.70 Kcal / 3,121.21 KJ			Energia: 761.89 Kcal / 3,184.70 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		42.77 g	28.27 g	5.95 g	42.76 g	22.54 g	2.76 g	36.47 g	102.71 g	15.61 g	29.70 g	42.13 g	10.90 g	36.96 g	27.77 g	6.31 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
188.42 g	8.05 g	4.89 g	163.57 g	60.18 g	9.33 g	108.96 g	17.05 g	6.71 g	63.33 g	0.00 g	9.08 g	90.13 g	9.00 g	3.63 g		
1,7,9,(3)			1,3,9,(10)			1,3,4,7,9			1,3,7,9			1,3,7,9,10,(12)				

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-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

**Jó étvágyat kívánunk!**

.....  
Élelmezésvezető