

## Heti étlap 2022.09.26 - 2022.10.02

eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
Ebéd	Arrabona szociális	Gombaleves Olaszos Rakott tészta			Májgaluska leves Paraj főzelék Főtt burgonyával Főtt tojással Félbarna kenyérrrel Túró Rudi			Vegyes gyümölcsleves Bácskai rizseshús Káposztasalátával Banán			Tarhonya leves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával Alma			Magyaros burgonyaleves Temesvári sertésragu Főtt tésztával			Vajgaluska leves Tökfőzelék Sertés pörkölttel Félbarna kenyérrrel			Lebbencsleves Párizsi sertés szelet Petrezselymes burgonyával Káposztasalátával		
		Energia: 927.43 Kcal / 3,876.66 KJ			Energia: 802.57 Kcal / 3,354.74 KJ			Energia: 1,015.13 Kcal / 4,243.24 KJ			Energia: 960.85 Kcal / 4,016.35 KJ			Energia: 867.97 Kcal / 3,628.11 KJ			Energia: 951.12 Kcal / 3,975.68 KJ			Energia: 1,142.24 Kcal / 4,774.56 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
		43.22 g	41.88 g	12.96 g	38.24 g	30.28 g	7.07 g	35.55 g	20.77 g	5.40 g	31.09 g	46.22 g	12.11 g	32.68 g	42.63 g	11.09 g	31.36 g	55.07 g	13.86 g	36.45 g	64.93 g	10.45 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
94.07 g	0.02 g	4.18 g	94.28 g	3.05 g	3.58 g	173.12 g	31.96 g	2.02 g	102.95 g	14.99 g	3.14 g	87.03 g	0.01 g	4.39 g	80.98 g	7.51 g	3.94 g	101.57 g	6.01 g	9.94 g		
1,7,9,(3)			1,3,7,9			1,7			1,3,9			1,7,9,(3)			1,3,7,9			1,3,9				

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: [minosegbiztositas@eatrend.hu](mailto:minosegbiztositas@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-diófű 11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zelle 12-kéndioxid-sz	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

.....  
Élelmezésvezető