

## Heti étlap 2025.01.20. - 2025.01.26.

hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap					
<b>eatrend</b>	<b>Ebéd</b>	<b>Arrabona Szociális</b>	Kerti zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal Alma			Reszelt tésztaleves Székelykáposzta Félbarna kenyérrrel			Zselici húsos leves Félbarna kenyérrrel Palacsinta Csokoládé öntettel			Csontleves Cérnametélttel Mexikói babragu Félbarna kenyérrrel			Vegyes zöldségkrémleves Kenyérkockával Rántott halszelet Párolt rizszel Házi káposztasalátával			Csirkebecsinált leves Sajtos pogácsa Narancs			Meggyes almaleves Reszelt máj Törtburgonyával Csemege uborkával		
			Energia: 1,219.20 Kcal / 5,096.26 Kj			Energia: 656.47 Kcal / 2,744.04 Kj			Energia: 675.20 Kcal / 2,822.34 Kj			Energia: 959.28 Kcal / 4,009.79 Kj			Energia: 1,672.85 Kcal / 6,992.51 Kj			Energia: 598.99 Kcal / 2,503.78 Kj			Energia: 829.59 Kcal / 3,467.69 Kj		
			Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
			51.45 g	55.12 g	14.77 g	40.84 g	19.26 g	5.57 g	30.45 g	21.82 g	6.02 g	51.95 g	33.69 g	10.88 g	54.50 g	73.52 g	16.55 g	21.99 g	34.14 g	9.10 g	37.46 g	29.87 g	8.55 g
			Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
127.80 g	10.10 g	6.16 g	79.42 g	0.02 g	3.23 g	90.23 g	30.00 g	2.57 g	111.78 g	5.02 g	2.84 g	194.22 g	20.00 g	7.32 g	49.71 g	0.01 g	2.36 g	108.15 g	24.98 g	3.95 g			
1,3,9,(6),(7),(12)			1,3,7,9,(12)			1,7,9,15			1,3,9			1,3,4,7,9,(6),(10),(11)			1,3,7,9			1,7					

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-tejte 10-mustár                                  | 13-csillagfürt | 16-édesgyökér |
| 2-rák    | 5-földimogyoró | 8-diófi 11-szezám                                  | 14-puhatestűek |               |
| 3-tojás  | 6-szója        | 9-zelle 12-kéndioxid-sz 15-mesterséges édesítőszer |                |               |

**Jó étvágyat kívánunk!**

.....  
**Élelmezésvezető**