

## Heti étlap 2024.07.08. - 2024.07.14.

| eatrend          |                       | hétfő  | kedd  | szerda   | csütörtök   | péntek   | szombat   | vasárnap   |         |        |            |           |        |            |              |        |            |               |        |            |         |        |
|------------------|-----------------------|--|---|--|---|--|---|--|---------|--------|------------|-----------|--------|------------|--------------|--------|------------|---------------|--------|------------|---------|--------|
| Ebéd             | Arrabona<br>szociális | Rántott leves<br>Pírtott<br>kenyérkockával<br>Stroganoff<br>sertésragu<br>Párolt rizzsel | Tárkonyos<br>sertésraguleves<br>Burgonyás tészta<br>Csemege uborkával | Alföldi gulyásleves<br>Félbarna kenyérrrel<br>Sajtos pogácsa<br>Alma | Kertészleves<br>Zöldbabfőzelék<br>Sertéspörkölttel<br>Félbarna kenyérrrel | Zöldborsóleves<br>Bakonyi sertésragu<br>Főtt tésztával | Daragaluska leves<br>Székelykáposzta<br>Félbarna kenyérrrel<br>Őszibarack | Csontleves<br>Reszelt máj<br>Tört burgonyával<br>Csemege uborkával |         |        |            |           |        |            |              |        |            |               |        |            |         |        |
|                  |                       | Energia: 1,110.21 Kcal / 4,640.68 KJ   | Energia: 767.18 Kcal / 3,206.81 KJ                                    | Energia: 763.11 Kcal / 3,189.80 KJ                                   | Energia: 731.96 Kcal / 3,059.59 KJ  | Energia: 985.77 Kcal / 4,120.52 KJ                     | Energia: 684.64 Kcal / 2,861.80 KJ  | Energia: 792.80 Kcal / 3,313.90 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 |
|                  |                       | 38.91 g  | 46.31 g   | 13.53 g  | 34.23 g   | 16.02 g  | 3.93 g  | 27.38 g  | 32.83 g | 9.15 g | 48.07 g    | 25.08 g   | 6.70 g | 56.50 g    | 30.25 g      | 7.13 g | 41.55 g    | 17.09 g       | 5.87 g | 54.26 g    | 25.21 g | 6.08 g |
|                  |                       | Szénhidrát   | Cukor   | Só   | Szénhidrát  | Cukor  | Só  | Szénhidrát   | Cukor   | Só     | Szénhidrát | Cukor     | Só     | Szénhidrát | Cukor        | Só     | Szénhidrát | Cukor         | Só     | Szénhidrát | Cukor   | Só     |
| 133.14 g         | 0.02 g                | 5.40 g   | 120.85 g  | 0.04 g   | 6.25 g  | 88.63 g  | 0.02 g  | 2.87 g   | 77.98 g | 0.06 g | 3.43 g     | 121.12 g  | 0.04 g | 4.49 g     | 90.42 g      | 0.02 g | 4.13 g     | 86.16 g       | 0.02 g | 7.51 g     |         |        |
| 1,7,9,10,15,(12) |                       |  | 1,7,9,15,(3),(12)   |  |   | 1,3,7,9  |   |  | 1,7,9   |        |            | 1,7,9,(3) |        |            | 1,3,7,9,(12) |        |            | 1,3,9,15,(12) |        |            |         |        |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: [minosegbiztositas@eatrend.hu](mailto:minosegbiztositas@eatrend.hu)

### Allergén lista (kód-allergén)

|          |                |  |                |               |
|----------|----------------|--|----------------|---------------|
| 1-glutén | 4-hal          | 7-tejte 10-mustár                                  | 13-csillagfürt | 16-édesgyökér |
| 2-rák    | 5-földimogyoró | 8-dióf 11-szezám                                   | 14-puhatestűek |               |
| 3-tojás  | 6-szója        | 9-zelle 12-kéndioxid-sz 15-mesterséges édesítőszer |                |               |

Jó étvágyat kívánunk!

.....  
Élelmezésvezető