


Heti étlap 2025.01.13 - 2025.01.17.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Ebéd A	Felnőtt A	FokhagymakréMLEves Pirított kenyérkockával Csikós tokány Párolt rizssel			Májgaluskaleves Sajtos-tejfőlés tészta Alma			Citromos almaleves Paprikás burgonya Félbarna kenyérral			Tejfőlés zöldbaleves Tarhonyáshús Cékfőléssel			Tojásleves Zöldborsó főzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral		
		Energia: 1,070.07 Kcal / 4,472.89 KJ			Energia: 750.17 Kcal / 3,135.71 KJ			Energia: 948.65 Kcal / 3,965.36 KJ			Energia: 1,044.11 Kcal / 4,364.38 KJ			Energia: 706.40 Kcal / 2,952.75 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		33.28 g	57.58 g	14.74 g	30.91 g	29.19 g	13.31 g	34.70 g	40.58 g	13.31 g	38.79 g	49.62 g	13.04 g	38.78 g	50.24 g	13.01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
104.02 g	0.02 g	4.91 g	91.08 g	0.05 g	2.00 g	115.77 g	22.98 g	5.49 g	109.27 g	8.05 g	4.76 g	94.46 g	19.99 g	3.13 g		
1,7,9			1,3,7,9			1,3,7			1,3,7,9,15,(12)			1,3,7,9				
Ebéd B	Felnőtt B	FokhagymakréMLEves Pirított kenyérkockával Lucskos káposzta Félbarna kenyérral			Májgaluskaleves Stíriai metélt Alma			Citromos almaleves Milánói makaróni Reszelt sajt szóráttal			Tejfőlés zöldbaleves Tökfőzelék Lenmagos fasírttal Félbarna kenyérral			Tojásleves Zúzapörkölt Szarvacskas tészttal		
		Energia: 856.07 Kcal / 3,578.37 KJ			Energia: 466.69 Kcal / 1,950.76 KJ			Energia: 939.32 Kcal / 3,926.36 KJ			Energia: 852.09 Kcal / 3,561.74 KJ			Energia: 649.50 Kcal / 2,714.91 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		32.66 g	47.62 g	13.25 g	34.79 g	24.12 g	11.16 g	46.75 g	37.65 g	12.08 g	30.80 g	47.78 g	14.10 g	38.47 g	18.24 g	3.44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
73.80 g	0.02 g	1.54 g	103.57 g	5.05 g	2.11 g	108.96 g	27.98 g	7.37 g	73.74 g	15.03 g	2.44 g	82.11 g	0.01 g	2.99 g		
1,7,9			1,3,7,9,(12)			1,3,7			1,3,7,9			1,3,9				

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-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!



Ellemezésvezető