


Heti étlap 2022.09.26 - 2022.09.30.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Ebéd A</b>	<b>Felnőtt A</b>	Gombaleves Olaszos Rakott tészta	Májgombóc leves Főtt tojás Sóska főzelékkel Félbarna kenyérral Alma	Gyümölcsleves Bácskai rizseshús Káposztasalátával	Tarhonya leves Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérral Tejszelet	Magyaros burgonyaleves Temesvári sertésragu Főtt tésztával										
		Energia: 576.09 Kcal / 2,408.06 KJ	Energia: 764.42 Kcal / 3,195.28 KJ	Energia: 609.24 Kcal / 2,546.62 KJ	Energia: 832.55 Kcal / 3,480.06 KJ	Energia: 546.05 Kcal / 2,282.49 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		26.05 g	23.85 g	7.29 g	28.10 g	24.79 g	4.66 g	21.63 g	13.97 g	3.66 g	27.42 g	30.04 g	8.80 g	29.73 g	14.92 g	4.41 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64.12 g	0.02 g	2.93 g	104.38 g	7.04 g	4.41 g	101.37 g	25.78 g	1.28 g	111.40 g	20.92 g	3.40 g	72.31 g	0.01 g	2.77 g		
1,7,9,(3)			1,3,7,9			1,7			1,3,7,9			1,7,9,(3)				
<b>Ebéd B</b>	<b>Felnőtt B</b>	Gombaleves Mexikói húsos egytálétel Félbarna kenyérral	Májgombóc leves Sajtos tejfölös tészta Alma	Gyümölcsleves Hentes tokány Párolt rizzsel	Tarhonya leves Rántott halfilé Burgonyapürével Vitaminsalátával	Magyaros burgonyaleves Fasírt Franciasalátával										
		Energia: 906.69 Kcal / 3,789.96 KJ	Energia: 689.29 Kcal / 2,881.23 KJ	Energia: 903.95 Kcal / 3,778.51 KJ	Energia: 1,153.85 Kcal / 4,823.09 KJ	Energia: 992.91 Kcal / 4,150.36 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		44.92 g	36.64 g	8.86 g	24.13 g	25.47 g	8.81 g	33.17 g	32.23 g	8.60 g	40.55 g	56.23 g	8.85 g	33.09 g	62.74 g	15.73 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
98.97 g	0.02 g	4.41 g	89.80 g	0.05 g	2.10 g	122.92 g	25.97 g	4.77 g	118.52 g	7.99 g	6.07 g	71.60 g	5.02 g	6.11 g		
1,9			1,7,9,(3)			1,7,15,(12)			1,3,4,7			1,3,7,9,10,15,(12)				

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-szulfít | 15-mesterséges édesítőszer |               |

**Jó étvágyat kívánunk!**

.....  
Élelmezésvezető