

## Heti étlap 2023.09.18 - 2023.09.22

eatrend		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	Makó Felnőtt A menü	Jókai bableves, Félbarna kenyérrrel, Burgonyás tészta, Vitaminsaláta	Paradicsom leves, Levesbetéttel, Roston sült csirkemell, Vegyes körettel	Zellerkrém leves, Pírtott kenyérkockával, Rántott halfilé, Burgonyapürével, Uborkasaláta	Tojásleves, Vadas sertés ragu, Főtt tésztával	Tejfölös gombaleves, Rakott zöldbab										
		Energia: 1,186.07 Kcal / 4,957.77 KJ	Energia: 906.84 Kcal / 3,790.59 KJ	Energia: 1,522.63 Kcal / 6,364.59 KJ	Energia: 778.25 Kcal / 3,253.09 KJ	Energia: 738.01 Kcal / 3,084.88 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		42.77 g	28.27 g	5.95 g	38.70 g	22.35 g	2.72 g	36.47 g	102.71 g	15.61 g	31.54 g	39.77 g	11.01 g	32.57 g	37.46 g	11.25 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
188.42 g	8.05 g	4.89 g	124.42 g	60.17 g	8.73 g	108.96 g	17.05 g	6.71 g	72.61 g	1.01 g	3.43 g	68.84 g	0.05 g	4.30 g		
	1,7,9,(3)	1,3,9,(10)	1,3,4,7,9	1,3,7,9,10,(12)	1,3,7,9											

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

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: [minosegbiztositas@eatrend.hu](mailto: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-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

.....  
Élelmezésvezető