


Heti étlap 2023.09.18 - 2023.09.22

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Ebéd</b>	<b>Felnőtt A menü</b>	Jókai bableves Burgonyás tészta Vitaminsalátával			Paradicsom leves Roston sült csirkemell Vegyes körettel			Zellerkrém leves Pirított kenyérkockával Rántott halfilé Burgonyapürével Uborkasalátával			Tojásleves Vadas sertésszelet Szarvacska tésztával Körte			Tejfölös gombaleves Rakott zöldbab bulgurral		
		Energia: 1,160.21 Kcal / 4,849.68 KJ			Energia: 884.23 Kcal / 3,696.08 KJ			Energia: 1,522.63 Kcal / 6,364.59 KJ			Energia: 869.24 Kcal / 3,633.42 KJ			Energia: 738.01 Kcal / 3,084.88 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		41.79 g	28.17 g	7.26 g	39.16 g	17.77 g	2.20 g	36.47 g	102.71 g	14.78 g	41.16 g	31.02 g	6.38 g	32.57 g	37.46 g	8.37 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
183.19 g	8.05 g	5.88 g	128.70 g	60.18 g	8.34 g	108.96 g	6.01 g	6.90 g	105.16 g	9.00 g	4.08 g	68.84 g	0.05 g	4.39 g		
1,7,9,(3)			1,3,9,(10)			1,3,4,7,9			1,3,7,9,10,(12)			1,3,7,9				
<b>Ebéd</b>	<b>Felnőtt B menü</b>	Jókai bableves Mákos Guba Vanília sodóval			Paradicsom leves Borsos tokány Orsó tésztával			Zellerkrém leves Pirított kenyérkockával Sertéssült Franciasalátával			Tojásleves Mexikói húsos babragu Körte			Tejfölös gombaleves Burgonyafőzelék Vagdalttal		
		Energia: 1,164.30 Kcal / 4,866.77 KJ			Energia: 1,091.98 Kcal / 4,564.48 KJ			Energia: 832.59 Kcal / 3,480.23 KJ			Energia: 920.71 Kcal / 3,848.57 KJ			Energia: 1,008.19 Kcal / 4,214.23 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		47.63 g	31.54 g	10.71 g	35.65 g	34.19 g	10.46 g	33.34 g	54.21 g	11.65 g	41.02 g	36.48 g	8.99 g	35.84 g	45.00 g	13.11 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
171.70 g	24.04 g	4.35 g	159.03 g	59.94 g	7.96 g	50.96 g	5.25 g	3.24 g	105.88 g	0.01 g	5.24 g	113.01 g	0.05 g	4.43 g		
1,7,9,(12)			1,3,9			1,3,7,9,10,15,(12)			1,3,9			1,3,7,9				

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!**

.....  
Élelmezésvezető