


Heti étlap 2023.09.18 - 2023.09.22

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Ebéd	Cegléd kollégium A menü 11-14 éves	Jókai bableves Félbarna kenyérrrel Burgonyás tészta Vitaminalátával			Paradicsom leves Roston sült csirkemell Vegyes körettel			Zellerkrém leves Pirított kenyérkockával Rántott halfilé Burgonyapürével Uborkasalátával			Tojásleves Vadas sertésszellet Szarvacska tésztával Körte			Tejfölös gombaleves Rakott zöldbab bulgurral		
		Energia: 846.47 Kcal / 3,538.24 KJ			Energia: 644.52 Kcal / 2,694.09 KJ			Energia: 930.16 Kcal / 3,888.07 KJ			Energia: 575.04 Kcal / 2,403.67 KJ			Energia: 532.98 Kcal / 2,227.86 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		30.08 g	20.47 g	4.17 g	27.76 g	13.30 g	1.62 g	25.98 g	53.44 g	9.10 g	27.83 g	17.68 g	3.86 g	24.75 g	22.27 g	7.29 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
134.11 g	5.04 g	3.78 g	91.70 g	32.15 g	5.42 g	83.43 g	11.61 g	4.72 g	75.28 g	0.61 g	2.97 g	59.69 g	0.03 g	1.95 g		
1,7,9,(3)			1,3,9,(10)			1,3,4,7,9			1,3,7,9,10,(12)			1,3,7,9				
Ebéd	Cegléd kollégium B menü 11-14 éves	Jókai bableves Félbarna kenyérrrel Mákos Guba Vanília sodóval			Paradicsom leves Borsos tokány Orsó tésztával			Zellerkrém leves Pirított kenyérkockával Sertéssült Franciasalátával			Tojásleves Mexikói húsos babragu Félbarna kenyérrrel Körte			Tejfölös gombaleves Burgonyafőzelék Vagdalttal Félbarna kenyérrrel		
		Energia: 856.80 Kcal / 3,581.42 KJ			Energia: 784.88 Kcal / 3,280.80 KJ			Energia: 602.45 Kcal / 2,518.24 KJ			Energia: 694.33 Kcal / 2,902.30 KJ			Energia: 747.22 Kcal / 3,123.38 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		34.93 g	24.55 g	7.48 g	27.48 g	23.84 g	6.71 g	23.64 g	38.94 g	8.26 g	30.67 g	24.60 g	5.93 g	25.81 g	35.84 g	8.83 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
123.34 g	20.02 g	2.65 g	114.09 g	31.97 g	4.91 g	37.94 g	4.21 g	2.28 g	86.61 g	0.01 g	3.14 g	78.99 g	0.03 g	2.09 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