

Heti étlap 2022.09.26 - 2022.09.30

eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Ebéd	Cegléd kollégium A menü 11-14 éves	Gombaleves Olaszos Rakott tészta			Májgombóc leves Sóska Főtt tojással Főtt burgonyával Alma			Gyümölcsleves Bácskai rizseshús Káposztasalátával			Tarhonya leves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával Tejszelet			Magyaros burgonyaleves Temesvári sertésragu Szarvacska tésztával
Energia: 576.09 Kcal / 2,408.06 KJ				Energia: 527.97 Kcal / 2,206.91 KJ			Energia: 609.24 Kcal / 2,546.62 KJ			Energia: 677.37 Kcal / 2,831.41 KJ			Energia: 570.43 Kcal / 2,384.40 KJ			
Fehérje	Zsír			T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
26.05 g	23.85 g			7.29 g	25.39 g	15.22 g	3.84 g	21.63 g	13.97 g	3.66 g	21.54 g	29.44 g	8.80 g	32.88 g	17.37 g	4.98 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	69.55 g	7.03 g	2.32 g	101.37 g	25.78 g	1.28 g	80.02 g	20.92 g	2.20 g	69.71 g	0.01 g	3.19 g		
1,7,9,(3)			1,3,7,9			1,7			1,3,7,9			1,3,7,9				
Ebéd	Cegléd kollégium B menü 11-14 éves	Gombaleves Mexikói húsos egytálétel Félbarna kenyérral			Májgombóc leves Sajtos tejfölös tészta Alma			Gyümölcsleves Hentes tokány Párolt rizzsel			Tarhonya leves Rántott halfilé Burgonyapürével Vitaminsalátával Tejszelet			Magyaros burgonyaleves Húsgolyó Franciasalátával		
		Energia: 693.81 Kcal / 2,900.13 KJ			Energia: 604.19 Kcal / 2,525.51 KJ			Energia: 692.69 Kcal / 2,895.44 KJ			Energia: 957.89 Kcal / 4,003.98 KJ			Energia: 673.08 Kcal / 2,813.47 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		34.19 g	23.94 g	5.65 g	26.54 g	18.27 g	8.86 g	22.82 g	23.49 g	6.30 g	31.00 g	47.65 g	8.57 g	21.44 g	41.51 g	10.16 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
85.03 g	0.02 g	3.48 g	82.18 g	0.04 g	1.70 g	99.68 g	20.78 g	2.56 g	98.97 g	10.93 g	4.79 g	51.75 g	4.01 g	4.66 g		
1,9			1,3,7,9			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-csillagfűrt	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