


## Heti étlap 2023.09.18 - 2023.09.22

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 <b>eatrend</b>  <b>Ebéd</b>	<b>Középiskola B</b>	Jókai bableves Félbarna kenyérrrel Mákos Guba Vanília sodóval	Paradicsom leves Borsos tokány Főtt tésztával	Zellerkrém leves Pirított kenyérkockával Sertéssült Franciasalátával	Tojásleves Mexikói húsos egytálétel Félbarna kenyérrrel Körte	Tejfölös gombaleves Burgonyafőzelék Fasírttal Félbarna kenyérrrel										
		Energia: 1,129.42 Kcal / 4,720.98 KJ	Energia: 985.63 Kcal / 4,119.93 KJ	Energia: 826.35 Kcal / 3,454.14 KJ	Energia: 961.35 Kcal / 4,018.44 KJ	Energia: 1,050.12 Kcal / 4,389.50 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		46.84 g	30.06 g	9.38 g	34.85 g	34.13 g	9.62 g	33.28 g	53.66 g	11.61 g	42.67 g	36.71 g	9.17 g	36.71 g	47.92 g	11.76 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
166.94 g	26.02 g	4.66 g	133.50 g	39.96 g	6.15 g	50.57 g	5.26 g	3.73 g	113.81 g	0.01 g	4.44 g	116.10 g	0.05 g	4.17 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](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-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

**Jó étvágyat kívánunk!**

.....  
**Élelmészvezető**