


**45. heti önkormányzati pedagógus étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.**

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Ebéd</b>	<b>Pedagógus A menü</b>	Őszi zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsófőzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérral			Erőleves cérnametéllel Roston csirkemell Sajtmártással Párolt rizszel			Gyömbéres körtekrémleves múzliszórattal Rakott karfiol bulgurral Szilva			Csurgatott tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborkával		
		Energia: 861.27 Kcal / 3,600.11 Kj			Energia: 825.68 Kcal / 3,451.34 Kj			Energia: 1,124.24 Kcal / 4,699.32 Kj			Energia: 878.06 Kcal / 3,670.29 Kj			Energia: 682.84 Kcal / 2,854.27 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		39.33 g	43.31 g	9.08 g	25.63 g	25.52 g	3.33 g	48.98 g	57.22 g	21.33 g	32.25 g	40.66 g	8.66 g	27.35 g	40.08 g	10.40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		77.62 g	5.00 g	1.39 g	123.10 g	12.12 g	5.02 g	102.30 g	0.23 g	11.49 g	96.26 g	0.00 g	3.28 g	51.63 g	0.01 g	6.07 g
1,3,7,9,(6),(12)			1,7,9			1,3,7,9,(10)			1,5,6,7,(8),(11),(12)			1,3,9,15,(12)				
<b>Ebéd</b>	<b>Pedagógus B menü</b>	Őszi zöldségleves Bajor rakott burgonya			Magyaros burgonyaleves Fabricius sertésragu Párolt rizszel			Erőleves cérnametéllel Brassói aprópecsenye Csemege uborkával			Gyömbéres körtekrémleves múzliszórattal Jászszági savanyúkáposzta Szilva			Csurgatott tojásleves Párolt sertésszelet Egres mártással Jázmin rizszel		
		Energia: 798.23 Kcal / 3,336.60 Kj			Energia: 970.35 Kcal / 4,056.06 Kj			Energia: 1,171.83 Kcal / 4,898.25 Kj			Energia: 647.67 Kcal / 2,707.26 Kj			Energia: 975.52 Kcal / 4,077.67 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		28.16 g	41.88 g	11.82 g	37.83 g	47.00 g	1.47 g	32.86 g	70.77 g	14.44 g	25.01 g	33.43 g	0.00 g	36.59 g	29.26 g	3.77 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		75.64 g	0.00 g	13.05 g	97.74 g	0.01 g	4.54 g	97.92 g	0.00 g	11.35 g	60.18 g	0.00 g	0.01 g	139.35 g	0.02 g	5.16 g
1,7,9			1,7,9			1,3,9,15,(12)			1,5,6,7,9,(8),(11),(12)			1,3,7,9,(10)				

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

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

**Jó étvágyat kívánunk!**

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 |               |

Eatrend Arrabona Zrt.  
8024 Győr, Hunyadi u. 14.  
Csoportos adószám: 17783408-5-13  
Adószám: 11130967-4-08

*Németh Viktória*

**Élelmezésvezető**