



## Heti étlap 2025.01.20. - 2025.01.26.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
<b>eatrend</b>	<b>Ebéd</b>	<b>Ács Szociális A menü</b>																				
		Magyaros karalábéleves Burgonyafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral			Kerti zöldségleves Sajtos-sonkás rakott tészta			Zselici húsos leves Félbarna kenyérral Tejbegríz Kakaó szórattal Narancs			Sajtkrémleves Nachossal Mediterrán sertésragu Spanyol rizszel			Csontleves Cérumetéllel Paradicsomos húsgombóc Tört burgonyával			Csirkebecsinált leves Sajtos pogácsa Narancs			Meggyes almaleves Fokhagymás sertéssült Törtburgonyával Párolt káposztával		
		Energia: 979.42 Kcal / 4,093.98 KJ			Energia: 969.95 Kcal / 4,054.39 KJ			Energia: 999.48 Kcal / 4,177.83 KJ			Energia: 897.38 Kcal / 3,751.05 KJ			Energia: 803.15 Kcal / 3,357.17 KJ			Energia: 591.00 Kcal / 2,470.38 KJ			Energia: 877.50 Kcal / 3,667.95 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
35.41 g	44.36 g	11.81 g	47.70 g	46.25 g	12.57 g	39.14 g	15.97 g	5.70 g	31.17 g	40.60 g	12.23 g	29.19 g	37.86 g	10.14 g	18.31 g	33.46 g	9.26 g	32.10 g	41.62 g	8.69 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
108.58 g	0.07 g	1.86 g	92.78 g	0.02 g	7.99 g	174.00 g	76.45 g	3.11 g	101.15 g	0.18 g	3.77 g	84.99 g	15.03 g	4.81 g	52.97 g	0.01 g	3.83 g	93.51 g	18.22 g	3.34 g		
1,7,9			1,3,7,9			1,7,9			1,7,9,(10)			1,3,9			1,3,7,9			1,7,(10)				

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-tej   | 10-mustár       | 13-csillagfűrt             | 16-édesgyökér |
| 2-rák    | 5-földimogyoró | 8-dióf  | 11-szezám       | 14-puhatestűek             |               |
| 3-tojás  | 6-szója        | 9-zelle | 12-kéndioxid-sz | 15-mesterséges édesítőszer |               |

**Jó étvágyat kívánunk!**

.....  
Élelmezésvezető