


Heti étlap 2022.09.26 - 2022.09.30

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Ebéd	Középiskolás A menü	Gombaleves Olaszos Rakott tészta			Májgombóc leves Sóska Főtt tojással Félbarna kenyérrrel Főtt burgonyával Alma			Gyümölcsleves Bácskai rizseshús Csemege uborkával			Tarhonya leves Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérrrel			Magyaros burgonyaleves Temesvári sertésragu Főtt tésztával		
		Energia: 865.93 Kcal / 3,619.59 KJ			Energia: 936.42 Kcal / 3,914.24 KJ			Energia: 862.25 Kcal / 3,604.21 KJ			Energia: 1,058.61 Kcal / 4,424.99 KJ			Energia: 825.89 Kcal / 3,452.22 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		39.60 g	37.09 g	11.25 g	37.06 g	33.29 g	6.62 g	33.68 g	20.65 g	5.40 g	36.28 g	45.49 g	11.84 g	33.83 g	34.44 g	10.15 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
93.18 g	0.02 g	4.15 g	118.82 g	8.04 g	5.30 g	137.84 g	31.96 g	1.94 g	123.82 g	14.99 g	4.28 g	93.88 g	0.02 g	4.39 g		
1,7,9,(3)			1,3,7,9			1,7			1,3,9			1,7,9,(3)				
Ebéd	Középiskolás B menü	Gombaleves Mexikói húsos egytálétel Félbarna kenyérrrel			Májgombóc leves Sajtos tejfölös tészta Alma			Gyümölcsleves Hentes tokány Párolt rizzsel			Tarhonya leves Rántott halfilé Burgonyapürével Vegyesvágottal			Magyaros burgonyaleves Fasírt Franciasalátával		
		Energia: 865.93 Kcal / 3,619.59 KJ			Energia: 936.42 Kcal / 3,914.24 KJ			Energia: 862.25 Kcal / 3,604.21 KJ			Energia: 1,058.61 Kcal / 4,424.99 KJ			Energia: 825.89 Kcal / 3,452.22 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		44.92 g	36.64 g	8.86 g	24.13 g	25.47 g	8.81 g	33.17 g	32.23 g	8.60 g	40.55 g	56.23 g	8.85 g	33.09 g	62.74 g	15.73 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
98.97 g	0.02 g	4.41 g	89.80 g	0.05 g	2.10 g	122.92 g	25.97 g	4.77 g	118.52 g	7.99 g	6.07 g	71.60 g	5.02 g	6.11 g		
1,9			1,7,9,(3)			1,7,15,(12)			1,3,4,7			1,3,7,9,10,15,(12)				

Az étlanváltoztatás íogát 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-szulfít	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető