

HÉTFŐ

Ebéd A menü

Zöldséges-Tejfölös karfiollevés [1,7]
Lecsós sertésragu
Párolt rizszel

Fehé.: 30,6g Zsír: 50,2g T.Zs.: 12,8g
Szén.: 91,8g Cukor: 0,0g Só: 1,5g
Ener.: 946,3kcal

Ebéd B menü

Zöldséges-Tejfölös karfiollevés [1,7]
Pulykamellfilé olvadó sajttal [1,7]
Korianderes kuszkuossal [1]

Fehé.: 44,8g Zsír: 24,5g T.Zs.: 6,0g
Szén.: 102,3g Cukor: 0,3g Só: 1,7g
Ener.: 773,9kcal

KEDD

Ebéd A menü

Hamis gulyáslevés [1,9,(3,6,7,12)]
Bolognai [9,(1,3,6,7,12)]
spagetti [1,3]
Reszelt trapista sajttal [7]

Fehé.: 42,6g Zsír: 47,0g T.Zs.: 15,2g
Szén.: 98,9g Cukor: 6,1g Só: 3,2g
Ener.: 1003,0kcal

Ebéd B menü

Hamis gulyáslevés [1,9,(3,6,7,12)]
Sajtos húsos cukkinirakás [1,7]

Fehé.: 31,4g Zsír: 42,6g T.Zs.: 14,4g
Szén.: 72,1g Cukor: 0,5g Só: 2,6g
Ener.: 809,4kcal

SZERDA

Ebéd A menü

Almás meggylevés [1,7]
Rakott brokkoli bulgurral [1,7]

Fehé.: 33,2g Zsír: 37,3g T.Zs.: 10,7g
Szén.: 79,2g Cukor: 0,0g Só: 3,3g
Ener.: 777,8kcal

Ebéd B menü

Almás meggylevés [1,7]
Sertéspörkölt [1]
Tarhonyával [1,3]
Céklasalátával [15,(12)]

Fehé.: 37,0g Zsír: 41,7g T.Zs.: 10,5g
Szén.: 124,1g Cukor: 13,9g Só: 3,0g
Ener.: 1017,5kcal

CSÜTÖRTÖK

Ebéd A menü

Zöldségeszencia [9]
Kiskagyló tésztával [1,3]
Zöldborsófőzelékkel [1,7]
Sült virsli "nagyi módra"
Teljes kiőrlésű kenyérrel [1]
Alma

Fehé.: 38,8g Zsír: 55,7g T.Zs.: 13,1g
Szén.: 120,1g Cukor: 30,0g Só: 1,3g
Ener.: 1111,9kcal

Ebéd B menü

Zöldségeszencia [9]
Kiskagyló tésztával [1,3]
Mustáros lencsefőzelékkel [1,7,10,(12)]
Fűszeres aprósült [1,(3,6,7,9,10)]
Teljes kiőrlésű kenyérrel [1]
Alma

Fehé.: 52,5g Zsír: 61,7g T.Zs.: 14,1g
Szén.: 114,1g Cukor: 6,6g Só: 1,8g
Ener.: 1193,5kcal

PÉNTEK

Ebéd A menü

Sültpaprika-Krémleves [1,7,(3,6,9,10)]
Levesgyönggyel [1,3,7]
Pankó morzsában rántott hallfilé [1,3,4,(5,6,7,8,11,12)]
Kukoricás rizzsel
Majonézzel [3,10,(7)]

Fehé.: 40,7g Zsír: 84,6g T.Zs.: 13,4g
Szén.: 130,7g Cukor: 0,2g Só: 2,0g
Ener.: 1456,2kcal

Ebéd B menü

Sültpaprika-Krémleves [1,7,(3,6,9,10)]
Levesgyönggyel [1,3,7]
Mézes-mázás sült csirkecomb
Petrezselymes burgonya [(7)]

Fehé.: 64,2g Zsír: 36,0g T.Zs.: 10,0g
Szén.: 92,4g Cukor: 4,2g Só: 3,0g
Ener.: 960,8kcal

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változtatásokról az érintett intézményeket értesítjük. Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

- | | | | | |
|--------------|---------------------------|------------------|------------------|------------------------------|
| 1 - glutén | 2 - rák | 3 - tojás | 4 - hal | 5 - földimogyoró |
| 6 - szója | 7 - tejtermék, laktóz | 8 - diófélék | 9 - zeller | 10 - mustár |
| 11 - szeszám | 12 - kén-dioxid - szulfid | 13 - csillagfürt | 14 - puhatestűek | 15 - mesterséges édesítőszer |

16 - édesgyökér