

### HÉTFŐ

#### Ebéd A menü

Tojással gazdagított leves [1,3]  
Póréhagymás-tejszínes Sertésragu [1,7]  
Párolt bulgurral [1]

Fehé.: 36,3g Zsír: 46,1g T.Zs.: 12,3g  
Szén.: 97,5g Cukor: 0,0g Só: 1,3g  
Ener.: 929,9kcal

#### Ebéd B menü

Tojással gazdagított leves [1,3]  
Mustáros csirkemáj [10,(12)]  
Tört burgonyával [(7)]  
Vegyes vágott savanyúság [15,(10,12)]

Fehé.: 32,7g Zsír: 37,6g T.Zs.: 6,7g  
Szén.: 69,9g Cukor: 0,0g Só: 2,9g  
Ener.: 755,7kcal

### KEDD

#### Ebéd A menü

Fokhagymakrémleves [1,7]  
Pirított kenyérkockával [1]  
Hortobágyi rakott tészta [1,3,7]  
Szilva

Fehé.: 39,0g Zsír: 54,6g T.Zs.: 14,4g  
Szén.: 100,2g Cukor: 0,0g Só: 1,9g  
Ener.: 1062,8kcal

#### Ebéd B menü

Fokhagymakrémleves [1,7]  
Pirított kenyérkockával [1]  
Halfilé sajttal paradicsommal sütve [4,7]  
Mexikói rizs  
Szilva

Fehé.: 41,7g Zsír: 32,1g T.Zs.: 8,5g  
Szén.: 104,8g Cukor: 1,0g Só: 2,5g  
Ener.: 882,6kcal

### SZERDA

#### Ebéd A menü

Babgulyás [1,9]  
Teljeskiőrlésű kenyérrel [1]  
Tejberizs [1,7]  
Kakaó szóráttal

Fehé.: 36,4g Zsír: 17,3g T.Zs.: 3,4g  
Szén.: 176,4g Cukor: 35,0g Só: 0,8g  
Ener.: 1012,6kcal

#### Ebéd B menü

Babgulyás [1,9]  
Teljeskiőrlésű kenyérrel [1]  
Sajtos Galuska [1,3,7]  
Ropogós sült hagymával

Fehé.: 52,2g Zsír: 40,6g T.Zs.: 14,3g  
Szén.: 143,3g Cukor: 0,5g Só: 2,9g  
Ener.: 1161,9kcal

### CSÜTÖRTÖK

#### Ebéd A menü

Grízgaluska leves [1,3,9]  
Sertéspörkölt  
Kapros tejfölös tökfőzelékkel [1,7]  
Teljes kiőrlésű kenyérrel [1]

Fehé.: 29,7g Zsír: 38,1g T.Zs.: 11,4g  
Szén.: 81,3g Cukor: 15,0g Só: 2,4g  
Ener.: 792,5kcal

#### Ebéd B menü

Grízgaluska leves [1,3,9]  
Paradicsomos rakott burgonya darált hússal [1,7,(3,6,12)]

Fehé.: 14,9g Zsír: 5,7g T.Zs.: 1,6g  
Szén.: 94,6g Cukor: 1,2g Só: 3,2g  
Ener.: 496,6kcal

### PÉNTEK

#### Ebéd A menü

Karfiolkrémleves Szerecsendióval [1,7]  
Levesgyönggyel [1,3,7]  
Csirkemellfilé roston [(10)]  
Füstölt Sajtmártással [1,7,(3,6,9,10)]  
Kuszkusszal [1]

Fehé.: 54,8g Zsír: 56,7g T.Zs.: 16,6g  
Szén.: 122,5g Cukor: 1,2g Só: 4,0g  
Ener.: 1222,5kcal

#### Ebéd B menü

Karfiolkrémleves Szerecsendióval [1,7]  
Levesgyönggyel [1,3,7]  
Chimichurri sertés karaj [1,(10)]  
Steak burgonyával

Fehé.: 35,1g Zsír: 29,4g T.Zs.: 8,0g  
Szén.: 85,0g Cukor: 0,3g Só: 2,1g  
Ener.: 747,3kcal

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<br>édesítőszer |

16 - édesgyökér