


Heti étlap 2024.04.29 - 2024.05.03.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Bölcsőde 1-3 éves	Macikavé Kifli			Barackos tea Teljeskiőrésű kenyér Rozmaringos kenőmájással Uborkával			MUNKASZÜNETI NAP			Citromos tea Sonkakrém Rozskenyér			Tej Fatörzs kifli		
		Energia: 222.40 Kcal / 929.63 KJ			Energia: 284.64 Kcal / 1,189.80 KJ						Energia: 283.77 Kcal / 1,186.16 KJ			Energia: 386.54 Kcal / 1,615.74 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.87 g	2.53 g	1.32 g	7.32 g	5.90 g	2.17 g				7.90 g	6.66 g	2.85 g	13.80 g	11.85 g	5.61 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
40.78 g	9.99 g	0.61 g	50.15 g	22.18 g	0.93 g				47.70 g	14.99 g	1.10 g	55.72 g	10.75 g	0.85 g		
1,7		1,(6),(7),(10)		1,7		1,3,7										
Tízórai	Bölcsőde 1-3 éves	Alma			Banán						Banán			Alma		
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ						Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ			Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.65 g	0.05 g	0.00 g				0.65 g	0.05 g	0.00 g	0.20 g	0.20 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
3.50 g	0.00 g	0.01 g	12.10 g	0.00 g	0.03 g				12.10 g	0.00 g	0.03 g	3.50 g	0.00 g	0.01 g		
1,9		1,3,9		1,7,9		1,3,7										
Ebéd	Bölcsőde 1-3 éves	Erdélyi tokány Párolt rizszel			Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával						Magyaros zöldbableves Cukkinifőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérrrel Alma			Gyümölcsle Rántott csirkemell Újhagymás törtburgonyával Céklasalátával		
		Energia: 294.91 Kcal / 1,232.72 KJ			Energia: 440.29 Kcal / 1,840.41 KJ						Energia: 477.22 Kcal / 1,994.78 KJ			Energia: 658.59 Kcal / 2,752.91 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.13 g	9.41 g	1.86 g	13.88 g	18.84 g	4.51 g				18.32 g	18.41 g	4.89 g	18.61 g	32.72 g	5.57 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
38.84 g	2.70 g	1.58 g	53.06 g	10.00 g	2.70 g				58.69 g	3.31 g	1.66 g	70.75 g	15.69 g	1.50 g		
1,9		1,3,9		1,7,9		1,3,7										
Uzsonna	Bölcsőde 1-3 éves	Meggyes tea Sonka szalámis Rozskenyér Margarinnal Paprikával			Tej Zsemle Kockasajttal						Tej Vaníliakrém rúd			Barackos tea Margarinos Korpás zsemle Főtt tojáskarikákkal Jégcsapretekkel		
		Energia: 227.52 Kcal / 951.03 KJ			Energia: 294.55 Kcal / 1,231.22 KJ						Energia: 485.90 Kcal / 2,031.06 KJ			Energia: 273.40 Kcal / 1,142.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.07 g	3.43 g	5.51 g	14.67 g	8.10 g	4.34 g				18.51 g	32.06 g	13.11 g	8.14 g	4.87 g	1.66 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
40.96 g	9.99 g	0.97 g	40.30 g	0.00 g	0.48 g				30.26 g	0.00 g	1.61 g	49.15 g	23.10 g	0.65 g		
1,(7)		1,7		1,7,(3),(6),(12)		1,3,(7)										

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

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

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén 3-tojás 5-földimogyoró 7-tejtermék,laktóz 9-zeller 11-szezám 13-csillagfűrt 15-mesterséges édesítőszer
 2-rák 4-hal 6-szója 8-diófélék 10-mustár 12-kéndioxid-szulfid 14-puhatestűek 16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!



Elemezésvezető