


Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

|  |                    | hétfő                                                     |                |         | kedd                                                                                     |         |        | szerda |                  |         | csütörtök                                                                 |         |         | péntek                                                                                           |         |        |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-----------------------------------------------------------|----------------|---------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|--------|------------------|---------|---------------------------------------------------------------------------|---------|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|
| Reggeli                                                                           | Óvodás<br>4-6 éves | Tejeskávé<br>Kifli                                        |                |         | Barackos tea<br>Kenőmájas<br>Korpás kenyér<br>Uborka                                     |         |        |        |                  |         | Citromos tea<br>Álomsonka krém<br>Graham kenyér                           |         |         | Tej<br>Fatörzs kifli                                                                             |         |        |
|                                                                                   |                    | Energia: 270.86 Kcal / 1,132.19 KJ                        |                |         | Energia: 284.48 Kcal / 1,189.13 KJ                                                       |         |        |        |                  |         | Energia: 303.90 Kcal / 1,270.30 KJ                                        |         |         | Energia: 363.03 Kcal / 1,517.47 KJ                                                               |         |        |
|                                                                                   |                    | Fehérje                                                   | Zsír           | T.Zsír  | Fehérje                                                                                  | Zsír    | T.Zsír |        |                  |         | Fehérje                                                                   | Zsír    | T.Zsír  | Fehérje                                                                                          | Zsír    | T.Zsír |
|                                                                                   |                    | 10.57 g                                                   | 3.28 g         | 1.73 g  | 7.32 g                                                                                   | 5.90 g  | 2.17 g |        |                  |         | 7.90 g                                                                    | 6.66 g  | 2.85 g  | 13.80 g                                                                                          | 9.25 g  | 4.20 g |
|                                                                                   |                    | Szénhidrát                                                | Cukor          | Só      | Szénhidrát                                                                               | Cukor   | Só     |        |                  |         | Szénhidrát                                                                | Cukor   | Só      | Szénhidrát                                                                                       | Cukor   | Só     |
| 49.45 g                                                                           | 15.98 g            | 0.68 g                                                    | 50.13 g        | 22.18 g | 0.93 g                                                                                   |         |        |        | 52.69 g          | 19.98 g | 1.10 g                                                                    | 55.72 g | 10.75 g | 0.89 g                                                                                           |         |        |
| 1,7                                                                               |                    |                                                           | 1,(6),(7),(10) |         |                                                                                          |         |        |        | 1,7              |         |                                                                           | 1,3,7   |         |                                                                                                  |         |        |
| Ebéd                                                                              | Óvodás<br>4-6 éves | Magyaros karfiollevés<br>Erdélyi tokány<br>Párolt rizszel |                |         | Tavaszi zöldséglevés<br>Paradicsomos húsgombóc<br>Főtt burgonyával<br>Félbarna kenyérral |         |        |        |                  |         | Palóc gulyáslevés<br>Félbarna kenyérral<br>Sajtos-tejfölös tészta<br>Alma |         |         | Erdei gyümölcslevés<br>Rántott csirkemell<br>Újhagymás törtburgonyával<br>Házi káposztasalátával |         |        |
|                                                                                   |                    | Energia: 443.73 Kcal / 1,854.79 KJ                        |                |         | Energia: 503.76 Kcal / 2,105.72 KJ                                                       |         |        |        |                  |         | Energia: 601.92 Kcal / 2,516.03 KJ                                        |         |         | Energia: 774.84 Kcal / 3,238.83 KJ                                                               |         |        |
|                                                                                   |                    | Fehérje                                                   | Zsír           | T.Zsír  | Fehérje                                                                                  | Zsír    | T.Zsír |        |                  |         | Fehérje                                                                   | Zsír    | T.Zsír  | Fehérje                                                                                          | Zsír    | T.Zsír |
|                                                                                   |                    | 14.76 g                                                   | 21.04 g        | 5.30 g  | 17.15 g                                                                                  | 18.27 g | 4.49 g |        |                  |         | 23.48 g                                                                   | 22.08 g | 8.57 g  | 23.43 g                                                                                          | 34.85 g | 5.51 g |
|                                                                                   |                    | Szénhidrát                                                | Cukor          | Só      | Szénhidrát                                                                               | Cukor   | Só     |        |                  |         | Szénhidrát                                                                | Cukor   | Só      | Szénhidrát                                                                                       | Cukor   | Só     |
| 48.36 g                                                                           | 0.01 g             | 2.13 g                                                    | 66.94 g        | 8.00 g  | 1.19 g                                                                                   |         |        |        | 76.30 g          | 0.01 g  | 5.87 g                                                                    | 90.01 g | 20.98 g | 3.94 g                                                                                           |         |        |
| 1,9                                                                               |                    |                                                           | 1,3,9          |         |                                                                                          |         |        |        | 1,7,9,(3)        |         |                                                                           | 1,3,7   |         |                                                                                                  |         |        |
| Uzsonna                                                                           | Óvodás<br>4-6 éves | Sonka szelet<br>Margarin<br>Rozskenyér<br>Paprika         |                |         | Kockasajt<br>Zsemle                                                                      |         |        |        |                  |         | Helyben sült<br>vaníliakrémes rúd                                         |         |         | Bécsi felvágott<br>Margarin<br>Korpás zsemle<br>Jégcsapretek                                     |         |        |
|                                                                                   |                    | Energia: 186.73 Kcal / 780.53 KJ                          |                |         | Energia: 211.91 Kcal / 885.78 KJ                                                         |         |        |        |                  |         | Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ                                        |         |         | Energia: 223.68 Kcal / 934.98 KJ                                                                 |         |        |
|                                                                                   |                    | Fehérje                                                   | Zsír           | T.Zsír  | Fehérje                                                                                  | Zsír    | T.Zsír |        |                  |         | Fehérje                                                                   | Zsír    | T.Zsír  | Fehérje                                                                                          | Zsír    | T.Zsír |
|                                                                                   |                    | 8.00 g                                                    | 3.42 g         | 5.51 g  | 8.88 g                                                                                   | 6.60 g  | 3.85 g |        |                  |         | 11.71 g                                                                   | 26.46 g | 10.07 g | 7.66 g                                                                                           | 8.53 g  | 3.33 g |
|                                                                                   |                    | Szénhidrát                                                | Cukor          | Só      | Szénhidrát                                                                               | Cukor   | Só     |        |                  |         | Szénhidrát                                                                | Cukor   | Só      | Szénhidrát                                                                                       | Cukor   | Só     |
| 30.96 g                                                                           | 0.00 g             | 0.97 g                                                    | 29.00 g        | 0.00 g  | 0.76 g                                                                                   |         |        |        | 19.66 g          | 0.00 g  | 1.38 g                                                                    | 29.09 g | 3.12 g  | 1.42 g                                                                                           |         |        |
| 1,(7)                                                                             |                    |                                                           | 1,7            |         |                                                                                          |         |        |        | 1,7,(3),(6),(12) |         |                                                                           | 1,(7)   |         |                                                                                                  |         |        |

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-tejtermék,laktóz | 10-mustár            | 13-csillagfürt             | 16-édesgyökér |
| 2-rák    | 5-földimogyoró | 8-diófélék         | 11-szezám            | 14-puhatestűek             |               |
| 3-tojás  | 6-szója        | 9-zeller           | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer |               |

Jó étvágyat kívánunk!

**Eatrend Kft.**

..... 2730-Albertirsa, Pesti út 65.  
Csoportos adószám: 17783408-5-13  
Adószám: 14883560-4-13