


16. heti óvodás étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvodás 4-6 év	Csipkebogyó tea Margarinos Teljes kiőrlésű kenyér(1) Párizsivel Kígyóborkával			Citromos tea Majonézes tonhalkrém(4,10,3,7) Félbarna kenyér(1)			Tejeskávé(7) Briós(3,1,7) Alma			Barackos tea Házi húspástétomos(10,7) Rozskenyér(1) Paradicsommal					
		Energia: 286.48 Kcal / 1,197.49 KJ			Energia: 322.01 Kcal / 1,346.00 KJ			Energia: 324.93 Kcal / 1,358.21 KJ			Energia: 308.63 Kcal / 1,290.07 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		8.35 g	6.43 g	2.32 g	6.80 g	9.40 g	3.59 g	10.34 g	6.52 g	2.79 g	9.13 g	7.31 g	7.10 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
		48.60 g	13.99 g	1.11 g	52.09 g	11.99 g	1.22 g	55.32 g	17.53 g	0.58 g	51.14 g	9.99 g	0.93 g			
1,(7)			1,3,4,7,10			1,3,7			1,7,10,(12)							
Ébéd	Óvodás 4-6 év	Csurgatott tojásleves(3,1) Füstölt sajtos sertésragu(1,7) Párolt rizsszel			Zöldbableves(1,7) Hortobágyi rakott tészta(3,1,7)			Tejszínes fahéjas szilvakrémleves(1,7) Rántott sertésszelet(3,1) Petrezselymes burgonyával			Fejtett bableves (9,1) Vaníliás tejberizs(7) Gyümölcsraguval			Nagypéntek		
		Energia: 572.05 Kcal / 2,391.17 KJ			Energia: 487.87 Kcal / 2,039.30 KJ			Energia: 648.86 Kcal / 2,712.23 KJ			Energia: 416.88 Kcal / 1,742.56 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		17.15 g	33.59 g	0.38 g	18.57 g	26.10 g	0.67 g	19.78 g	30.97 g	4.32 g	13.57 g	7.86 g	2.52 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
		49.63 g	0.01 g	0.62 g	44.07 g	0.01 g	1.05 g	71.85 g	0.00 g	1.78 g	72.28 g	10.00 g	1.87 g			
1,3,7			1,3,7			1,3,7,(12)			1,7,9							
Uzsonna	Óvodás 4-6 év	Margarinos Korpás zsemle(1) Szendvicssonkával			Helyben sült sajtos pogácsa(3,1,7) Mandarin			Margarinos Korpás zsemle(1) Olasz felvágottal			Helyben sült meggyes táska(1,7)					
		Energia: 179.90 Kcal / 751.98 KJ			Energia: 210.65 Kcal / 880.52 KJ			Energia: 220.86 Kcal / 923.19 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		9.14 g	2.63 g	1.14 g	2.88 g	13.28 g	3.58 g	7.44 g	8.51 g	3.32 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
		29.90 g	0.00 g	1.03 g	19.36 g	0.00 g	0.79 g	28.56 g	0.00 g	1.41 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g			
1,(7)			1,3,7			1,(7)			1,7,(3),(6),(12)							

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	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 Arrabona Zrt.
8024 Győr, Hunyadi u. 14.
Csoportos adószám: 17783408-5-13
Adószám: 11130967-4-08
34.
Németh Viktória

Élelmezésvezető