


Heti étlap 2024.09.09. - 2024.09.13.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvodás 4-6 éves</b>	Tej Kaláccsal			Mentás limonádé Tonhalkrém Rozskenyér Paprikával			Karamellás tej Kiflivel			Tea barackos Paprikás szalámi Margarinos Félbarna kenyérrrel Uborkával			Narancsos limonádé Fokhagymás felvágott Margarinos Rozskenyérrrel Paprikával		
		Energia: 338.95 Kcal / 1,416.81 KJ			Energia: 296.88 Kcal / 1,240.96 KJ			Energia: 256.53 Kcal / 1,072.30 KJ			Energia: 278.10 Kcal / 1,162.46 KJ			Energia: 270.27 Kcal / 1,129.73 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.87 g	9.31 g	4.23 g	7.04 g	13.14 g	7.48 g	10.56 g	3.28 g	1.73 g	8.13 g	7.22 g	2.84 g	9.09 g	9.31 g	7.71 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
49.51 g	4.20 g	0.90 g	36.97 g	5.99 g	0.73 g	45.89 g	12.49 g	0.68 g	44.95 g	15.39 g	0.47 g	37.31 g	6.10 g	1.60 g		
1,3,7			1,3,4,7,10			1,7			1,(7)			1,(7)				
<b>Ebéd</b>	<b>Óvodás 4-6 éves</b>	Tárkonyos zöldségleves Sertéspaprikás Szarvacska tésztával			Magyaros burgonyaleves Sült bécsi virsli Lencsefőzelékkel Félbarna kenyérrrel			Csontleves Cérumetéllel Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával Félbarna kenyérrrel			BrokkolikréMLEVES Pírótt kenyérral Csikós tokány Párolt rizzsel Alma			Minestrone leves Carbonara spagetti Reszelt sajttal		
		Energia: 556.07 Kcal / 2,324.37 KJ			Energia: 365.98 Kcal / 1,529.80 KJ			Energia: 520.55 Kcal / 2,175.90 KJ			Energia: 611.30 Kcal / 2,555.23 KJ			Energia: 559.09 Kcal / 2,337.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		22.36 g	27.20 g	6.95 g	22.31 g	23.70 g	6.86 g	17.85 g	18.24 g	4.45 g	18.71 g	31.11 g	7.92 g	30.76 g	22.77 g	8.69 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
55.01 g	0.01 g	4.87 g	49.96 g	1.21 g	1.38 g	70.28 g	8.01 g	1.94 g	63.38 g	0.02 g	2.38 g	57.70 g	0.01 g	8.62 g		
1,3,7,9			1,7,9,10,(12)			1,3,9			1,7,9			1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)				
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvodás 4-6 éves</b>	Pulykamell sonka Margarinos Korpás kenyérrrel Uborkával			Sajtkrém rúd			Bécsi felvágott Margarinos Korpás kenyérrrel Salátalevéllal			Zöldfűszeres kockasajt Korpás kiflivel			Sonkás-kukoricás pizzaszelet		
		Energia: 170.82 Kcal / 714.03 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 213.73 Kcal / 893.39 KJ			Energia: 163.41 Kcal / 683.05 KJ			Energia: 308.27 Kcal / 1,288.57 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.54 g	2.94 g	1.23 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	6.72 g	8.53 g	3.19 g	8.51 g	2.92 g	1.24 g	12.63 g	9.88 g	2.98 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.54 g	2.20 g	1.20 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	27.47 g	0.00 g	1.60 g	25.48 g	0.00 g	0.75 g	42.02 g	0.10 g	1.09 g		
1,(7)			1,7			1,(7)			1,7			1,7				

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	4-hal	7-tejtermék,laktóz	10-mustár	13-csillagfűrt	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 Alkénfalva, Pesti út 85.  
 Csoporthoz adós szám: T776205-5-13  
 Adószám: 119-01350-4-13

Élelmiszervezető