


Heti étlap 2023.09.18 - 2023.09.22

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|--|-----------------|--|--------------|---------|--|---------|---------|--|---------------------------|--------|---|---------|---------|--|---------|--------|
|  Reggeli | Bölcsőde | Tej, Kifli, Magyaros vajkrémrel | | | Limonádé, Félbarna kenyér, Körözöttel | | | Citromos tea, Graham kenyér, Margarinnal, Szerencse felvágottal, Paradicsommal | | | Narancsos limonádé, Félbarna kenyér, Házi sajtkrémrel, Paradicsommal | | | Vaníliás tej, Briós | | |
| | | Energia: 305.81 Kcal / 1,278.29 KJ | | | Energia: 210.41 Kcal / 879.51 KJ | | | Energia: 285.52 Kcal / 1,193.47 KJ | | | Energia: 262.22 Kcal / 1,096.08 KJ | | | Energia: 270.19 Kcal / 1,129.39 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 11.06 g | 13.88 g | 7.01 g | 8.32 g | 2.32 g | 0.92 g | 8.77 g | 6.31 g | 2.29 g | 7.81 g | 8.02 g | 4.36 g | 8.72 g | 7.42 g | 3.60 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 33.80 g | 0.00 g | 0.64 g | 38.55 g | 5.99 g | 1.61 g | 48.24 g | 14.99 g | 1.55 g | 39.30 g | 6.10 g | 1.46 g | 41.81 g | 15.53 g | 0.49 g | | |
| 1,7 | | | 1,7 | | | 1,(7) | | | 1,7 | | | 1,3,7 | | | | |
| Tízórai | Bölcsőde | Alma | | | Őszibarack | | | Körte | | | Szilva | | | Alma | | |
| | | Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ | | | Energia: 20.57 Kcal / 85.98 KJ | | | Energia: 79.49 Kcal / 332.27 KJ | | | Energia: 19.37 Kcal / 80.97 KJ | | | Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 0.60 g | 0.60 g | 0.00 g | 0.35 g | 0.05 g | 0.00 g | 0.60 g | 0.45 g | 0.00 g | 0.40 g | 0.50 g | 0.00 g | 0.60 g | 0.60 g | 0.00 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 10.50 g | 0.00 g | 0.02 g | 4.50 g | 0.00 g | 0.00 g | 18.00 g | 0.00 g | 0.01 g | 3.00 g | 0.00 g | 0.00 g | 10.50 g | 0.00 g | 0.02 g | | |
| 1,7 | | | 1,7 | | | 1,7 | | | 1,7 | | | 1,7 | | | | |
| Ebéd | Bölcsőde | Sertésragu leves, Cukkini-főzelék, Zöldségvagdalttal | | | Paradicsom leves, Levesbetéttel, Roston sült csirkemell, Párolt rizsszel, Kapormártással | | | Gyümölcsle, Rántott halfilé, Burgonyapürével, Uborkasalátával | | | Tojásleves, Vadas sertés ragu, Főtt tésztával | | | Gyümölcsle, Rakott zöldbab | | |
| | | Energia: 434.67 Kcal / 1,816.92 KJ | | | Energia: 497.83 Kcal / 2,080.93 KJ | | | Energia: 98.46 Kcal / 411.56 KJ | | | Energia: 353.78 Kcal / 1,478.80 KJ | | | Energia: 439.83 Kcal / 1,838.49 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 16.37 g | 15.73 g | 2.61 g | 17.27 g | 13.95 g | 1.81 g | 2.75 g | 1.48 g | 0.23 g | 14.23 g | 16.71 g | 4.60 g | 18.49 g | 20.46 g | 6.08 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 56.77 g | 0.62 g | 5.21 g | 75.54 g | 24.38 g | 3.36 g | 18.10 g | 4.02 g | 0.59 g | 36.21 g | 0.51 g | 4.61 g | 46.13 g | 3.10 g | 2.66 g | | |
| 1,3,7,9 | | | 1,3,7,9,(10) | | | 1,7,9 | | | 1,3,7,9,10,(12) | | | 1,3,7,9 | | | | |
| Uzsonna | Bölcsőde | Gyümölcsös tea, Rozskenyér, Margarinnal, Soproni felvágottal, Paprikával | | | Tej, Korpás zsemle, Margarinnal, Reszelt sajttal, Uborkával | | | Tejeskávés, Sajtkrémés rúd | | | Tej, Csokoládékrémés rúd | | | Gyümölcsös tea Zsemle, Margarinnal, Főtt tojáskarikákkal, Paprikával | | |
| | | Energia: 283.43 Kcal / 1,184.74 KJ | | | Energia: 348.28 Kcal / 1,455.81 KJ | | | Energia: 277.12 Kcal / 1,158.36 KJ | | | Energia: 485.90 Kcal / 2,031.06 KJ | | | Energia: 231.65 Kcal / 968.30 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 9.11 g | 9.31 g | 7.71 g | 16.69 g | 13.46 g | 7.29 g | 13.10 g | 4.56 g | 4.83 g | 18.51 g | 32.06 g | 13.11 g | 7.71 g | 4.82 g | 1.65 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 40.60 g | 9.99 g | 1.60 g | 39.88 g | 2.20 g | 1.22 g | 51.26 g | 9.99 g | 1.89 g | 30.26 g | 0.00 g | 1.61 g | 39.22 g | 9.99 g | 0.64 g | | |
| 1,(7) | | | 1,7 | | | 1,7 | | | 1,7,(3),(6),(8),(11),(12) | | | 1,3,(7) | | | | |

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

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

Jó étvágyat kívánunk!

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén 3-tojás
2-rák 4-hal

5-földimogyoró 7-tejtermék,laktóz 9-zeller 11-szezám 13-csillagfűrt
6-szója 8-diófélék 10-mustár 12-14-11 14-puhatestűek

15-mesterséges édesítőszer
16-édesgyökér

.....
Élelmezésvezető