


Heti étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			
 <b>eatrend</b> Reggeli	Bölcsőde 1-3 éves	Citromos limonádé Álomsonka krémes Rozskenyér Uborkával			Vaníliás tej Kiflivel			Barackos tea Főtt tojáskarikák Margarinnal Korpás kenyérral			Tej Tonhalkrémes Korpás kenyér Paprikával			
		Energia: 245.85 Kcal / 1,027.65 Kj			Energia: 242.46 Kcal / 1,013.48 Kj			Energia: 263.04 Kcal / 1,099.51 Kj			Energia: 365.53 Kcal / 1,527.92 Kj			Energia: 25
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje
		8.00 g	7.17 g	7.52 g	8.87 g	4.48 g	2.38 g	7.16 g	4.86 g	1.52 g	11.69 g	17.98 g	6.00 g	10.41 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát
36.80 g	8.19 g	0.78 g	41.37 g	9.99 g	0.58 g	47.48 g	19.98 g	0.83 g	38.76 g	0.00 g	0.96 g	33.84 g		
1,7			1,7			1,3,(7)			1,3,4,7,10			1,3,7		
Tízórai	Bölcsőde 1-3 éves	Barackos tea			Limonádé			Limonádé			Limonádé			L
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 Kj			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 Kj			Energia: 18.64 Kcal / 77.92 Kj			Energia: 171.28 Kcal / 715.95 Kj			Energia:
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje
		0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.65 g	0.05 g	0.00 g	0.45 g	0.15 g	0.00 g	4.05 g	1.55 g	0.81 g	0.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát
3.50 g	0.00 g	0.01 g	12.10 g	0.00 g	0.03 g	3.65 g	0.00 g	0.06 g	34.88 g	17.48 g	0.16 g	3.50 g		
7														
Ebéd	Bölcsőde 1-3 éves	Zöldségleves Sertés aprósült Kelkáposzta főzelékkel Félbarna kenyérral Alma			Őszilé Sertésragu Párolt rizszel Céklasalátával Banán			Húsgaluska leves Darafelfűjt Gyümölcsöntettel Alma			Narancslé Sajtos zöldségfasírt Sárgarépa-főzelékkel Félbarna kenyérral Banán			Le Csi Fő
		Energia: 496.28 Kcal / 2,074.45 Kj			Energia: 474.36 Kcal / 1,982.82 Kj			Energia: 593.92 Kcal / 2,482.59 Kj			Energia: 420.21 Kcal / 1,756.48 Kj			Energia: 39
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje
		19.78 g	28.76 g	6.85 g	15.40 g	20.21 g	4.79 g	16.56 g	10.14 g	3.37 g	13.52 g	8.22 g	1.47 g	19.41 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát
39.23 g	0.02 g	3.08 g	56.77 g	5.12 g	2.55 g	109.29 g	37.57 g	1.92 g	65.83 g	7.71 g	4.04 g	57.84 g		

## Heti étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

		1,9	1,7,9,15,(12)	1,3,7,9,(12)	1,3,7,9	1,3,7,9								
<b>Uzsonna</b>	<b>Bölcsőde 1-3 éves</b>	Tej Vajas pogácsával			Meggyes tea Csirkemellsonka Margarinos Rozskenyérrel Paprikával			Tej Natúr sajtkrém Zsemle			Erdei gyümölcsös tea Poharas puding Kiflivel			Ci K Ro Sá
		Energia: 303.07 Kcal / 1,266.83 KJ			Energia: 233.05 Kcal / 974.15 KJ			Energia: 332.83 Kcal / 1,391.23 KJ			Energia: 150.43 Kcal / 628.80 KJ			Energia: 26
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje
		9.26 g	18.70 g	6.62 g	8.92 g	3.57 g	5.56 g	12.60 g	13.65 g	7.75 g	3.86 g	0.30 g	0.10 g	8.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát
		24.08 g	0.00 g	1.02 g	41.17 g	9.99 g	1.08 g	39.50 g	0.00 g	0.53 g	32.81 g	10.00 g	0.41 g	46.80 g
		1,7,(6),(12)	1,(7)	1,7	1,(7)	1,(6),(7),(1								

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

Jó étvá

Élel

## péntek

Tej  
Brióssal

17.58 Kcal / 1,076.68 Kj

Zsír	T.Zsírsv
8.82 g	4.36 g
Cukor	Só
5.54 g	0.55 g

## Limonádé

17.39 Kcal / 72.69 Kj

Zsír	T.Zsírsv
0.20 g	0.00 g
Cukor	Só
0.00 g	0.01 g

Erőleves  
paprikával  
paprikával  
paprikával  
Alma

19.11 Kcal / 1,668.28 Kj

Zsír	T.Zsírsv
9.79 g	2.10 g
Cukor	Só
0.00 g	5.31 g

Ítromos tea  
Cenómájás  
szkenyérrel  
alátalevéllel

38.10 Kcal / 1,120.66 KJ

Zsír	T.Zsírsav
5.18 g	6.03 g
Cukor	Só
14.99 g	0.87 g

10)

**Ígyat kívánunk!**

**Estrend Kft.**  
2730 Albertlőrsa, Pesti út 65.  
Csoportos adószám: 17783408-5-13  
Adószám: 148935604-13  
**mézésvezető**<sup>18.</sup>