

Heti étlap 2023.09.18 - 2023.09.22

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Losontzi Óvodás 4-6 éves	Citromos tea Kópé felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal			Limonádé Kolbászkremes Félbarna kenyér			Tej Mogyorókrémes Kifli			Narancsos limonádé Házi sajtkrémes Rozskenyér Paradicsommal Szilva			Vaníliás tej Briós		
		Energia: 281.40 Kcal / 1,176.25 KJ			Energia: 254.15 Kcal / 1,062.35 KJ			Energia: 313.45 Kcal / 1,310.22 KJ			Energia: 271.86 Kcal / 1,136.37 KJ			Energia: 276.82 Kcal / 1,157.11 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.42 g	5.95 g	2.11 g	6.93 g	8.06 g	3.66 g	11.86 g	9.48 g	1.86 g	7.97 g	9.01 g	8.50 g	10.42 g	6.22 g	2.95 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
48.35 g			37.93 g			44.80 g			38.97 g			44.46 g				
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor				
23.98 g			5.99 g			9.60 g			6.10 g			15.53 g				
Só			Só			Só			Só			Só				
0.54 g			0.11 g			0.68 g			0.90 g			0.59 g				
1,(7)			1,7			1,5,6,7,8			1,7			1,3,7				
Tízórai	Losontzi Óvodás 4-6 éves	Vaníliás táska			Zöldfűszeres vajkrémes Kifli			Májusi csemegés Zsemle Margarinnal			Kópé felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal			Fokhagymás felvágottas Zsemle Margarinnal		
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 185.24 Kcal / 774.30 KJ			Energia: 190.60 Kcal / 796.71 KJ			Energia: 200.07 Kcal / 836.29 KJ			Energia: 220.86 Kcal / 923.19 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.71 g	26.46 g	10.07 g	4.26 g	8.28 g	3.97 g	6.77 g	5.27 g	2.13 g	8.29 g	5.92 g	2.11 g	7.44 g	8.51 g	3.32 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
19.66 g			23.20 g			28.97 g			28.36 g			28.56 g				
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor				
0.00 g			0.00 g			0.00 g			4.00 g			0.00 g				
Só			Só			Só			Só			Só				
1.38 g			0.41 g			0.94 g			0.54 g			1.41 g				
1,7,(3),(6),(12)			1,7			1,(7)			1,(7)			1,(7)				
Ebéd	Losontzi Óvodás 4-6 éves	Jókai bablevés Félbarna kenyérral Burgonyás tészta Vitaminsalátával			Paradicsom leves Roston sült csirkemell Vegyes körettel			Zellerkrém leves Pírtott kenyérbarkával Rántott halfilé Burgonyapürével Uborkasalátával			Tojásleves Vadas sertésszelet Szarvacska tésztával Körte			Tejfőlés gombaleves Rakott zöldbab bulgurral		
		Energia: 655.79 Kcal / 2,741.20 KJ			Energia: 405.62 Kcal / 1,695.49 KJ			Energia: 766.78 Kcal / 3,205.14 KJ			Energia: 480.08 Kcal / 2,006.73 KJ			Energia: 425.95 Kcal / 1,780.47 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		23.59 g	16.54 g	3.58 g	22.07 g	9.74 g	1.22 g	22.68 g	41.60 g	7.38 g	23.29 g	13.13 g	2.99 g	18.37 g	20.46 g	6.08 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
102.17 g			47.80 g			72.95 g			66.46 g			42.97 g				
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor				
4.03 g			3.18 g			8.41 g			0.51 g			0.02 g				
Só			Só			Só			Só			Só				
2.53 g			2.56 g			3.94 g			5.44 g			2.66 g				
1,7,9,(3)			1,3,9,(10)			1,3,4,7,9			1,3,7,9,10,(12)			1,3,7,9				
Uzsonna	Losontzi Óvodás 4-6 éves	Sajtkrémes rúd			Májusi csemegés Korpás zsemle Margarinnal Uborkával			Soproni felvágottas Rozskenyér Delma margarinnal Alma			Csokoládékrémes rúd			Füstölt pulyka párizsis Rozskenyér Delma margarinnal Paprikával		
		Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 192.95 Kcal / 806.53 KJ			Energia: 295.41 Kcal / 1,234.81 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 222.83 Kcal / 931.43 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.99 g	2.31 g	3.61 g	6.97 g	5.29 g	2.28 g	8.90 g	11.65 g	7.43 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	8.18 g	8.59 g	6.52 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
33.28 g			29.31 g			38.01 g			19.66 g			28.09 g				
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor				
0.00 g			2.20 g			0.00 g			0.00 g			0.00 g				
Só			Só			Só			Só			Só				
1.69 g			0.95 g			1.53 g			1.38 g			1.13 g				
1,7			1,(7)			1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(6),(7)				
Vacsora	Losontzi Óvodás 4-6 éves	Gyümölcsös tea Parasztvacsora			Limonádé Bundás kenyér Fokhagymás tejföllel			Gyümölcsös tea Zöldséges rizottó			Limonádé Hot-dog Ketchuppal Mustárral			Energia: 0 Kcal / 0 KJ		
		Energia: 856.53 Kcal / 3,580.30 KJ			Energia: 268.08 Kcal / 1,120.57 KJ			Energia: 506.69 Kcal / 2,117.96 KJ			Energia: 330.43 Kcal / 1,381.20 KJ			Energia: 0 Kcal / 0 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		21.49 g	49.59 g	18.07 g	8.76 g	7.66 g	3.52 g	13.87 g	15.44 g	4.24 g	12.85 g	13.68 g	4.70 g	0 g	0 g	0 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
79.28 g			40.46 g			77.67 g			38.34 g			0 g				
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor				
9.99 g			5.99 g			9.99 g			8.79 g			0 g				
Só			Só			Só			Só			Só				
2.55 g			1.70 g			2.95 g			2.94 g			0 g				
1,3			1,3,7			7			1,7,10,(9),(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-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	

1/1
Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető
2023.09.12 8:08:14 | QB - Élelem