


Heti étlap 2024.07.22. - 2024.07.26.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b>  Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Tejeskávé Kifli			Limonádé Kenőmájásos Rozskenyér Uborkával			Narancsos limonádé Vaniliás túrókrémes Zsemle			Csipkebogyós tea Sült húskrémes Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagymával			Tej Fatörzs kifli		
		Energia: 270.86 Kcal / 1,132.19 KJ			Energia: 239.78 Kcal / 1,002.28 KJ			Energia: 198.22 Kcal / 828.56 KJ			Energia: 297.62 Kcal / 1,244.05 KJ			Energia: 363.03 Kcal / 1,517.47 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.57 g	3.28 g	1.73 g	8.45 g	6.47 g	6.31 g	7.11 g	1.69 g	0.86 g	8.31 g	6.87 g	2.61 g	13.80 g	9.25 g	4.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
49.45 g	15.98 g	0.68 g	36.43 g	8.19 g	0.87 g	38.31 g	8.50 g	0.07 g	50.18 g	19.99 g	0.31 g	55.72 g	10.75 g	0.89 g		
1,7			1,(6),(7),(10)			1,7,(12)			1,7,10,(12)			1,3,7				
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Citromos almaleves Erdélyi tokány Párolt rizszel			Tavaszi zöldségleves Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérral			Kolbászos burgonyaleves Félbarna kenyérral Káposztás tészta Porcukorral Görögdinnye			Daragaluska leves Finomfőzelék Lenmagos fasírttal Félbarna kenyérral			Vegyes zöldségkrémleves Pírított kenyérszelettel Rántott sertésszelet Tört burgonyával Káposztasalátával		
		Energia: 524.87 Kcal / 2,193.96 KJ			Energia: 419.37 Kcal / 1,752.97 KJ			Energia: 547.74 Kcal / 2,289.55 KJ			Energia: 540.24 Kcal / 2,258.20 KJ			Energia: 655.98 Kcal / 2,742.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.87 g	21.34 g	6.08 g	14.90 g	18.09 g	4.47 g	18.64 g	12.19 g	2.97 g	22.08 g	23.51 g	5.96 g	21.77 g	28.88 g	4.72 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
70.45 g	11.49 g	2.22 g	48.94 g	8.00 g	1.18 g	90.01 g	13.00 g	2.85 g	59.07 g	3.01 g	2.77 g	75.86 g	8.00 g	3.27 g		
1,3,7,9			1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,3,4,7,9			1,3,7,9			1,3,7,9				
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Szendvics sonkás Rozskenyér Delma margarinnal Paprikával			Kajszibarackos háromszög Alma			Soproni felvágott Rozskenyér Delma margarinnal			Rácsos túrós táska Alma			Kockasajt Kifli		
		Energia: 206.19 Kcal / 861.87 KJ			Energia: 393.37 Kcal / 1,644.29 KJ			Energia: 243.23 Kcal / 1,016.70 KJ			Energia: 360.18 Kcal / 1,505.55 KJ			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.24 g	5.23 g	5.25 g	4.38 g	18.87 g	4.87 g	8.30 g	11.05 g	7.43 g	9.57 g	19.06 g	5.70 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.45 g	0.00 g	1.13 g	50.48 g	18.16 g	0.69 g	27.51 g	0.00 g	1.51 g	36.87 g	0.00 g	1.48 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,3,6,7,(8),(11),(12)			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 Alagutirsa, Pesti út 65.  
 Csoportos elős szám: 17/03/08-5-13  
 Adószám: 14937000-4-13  
 Élelmiszevezető