


Heti étlap 2024.12.16. - 2024.12.20.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvoda Cegléd</b> <b>4 - 6 éves</b>	Csokis tej Kifli Mandarin			Barackos tea Sütőtökös sajtkrém Rozskenyér			Csipkebogyós tea Paprikás szalámis Rozskenyér Delma margarinnal			Tej Margarinos Rozskenyér Sajt szelettel Paradicsommal			Citromos tea Tonhalkrém Félbarna kenyér		
		Energia: 318.24 Kcal / 1,330.24 KJ			Energia: 300.26 Kcal / 1,255.09 KJ			Energia: 307.28 Kcal / 1,284.43 KJ			Energia: 330.86 Kcal / 1,382.99 KJ			Energia: 309.08 Kcal / 1,291.95 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.99 g	3.47 g	1.73 g	6.72 g	8.66 g	7.92 g	7.68 g	9.50 g	6.75 g	17.80 g	11.35 g	10.06 g	6.31 g	9.35 g	3.57 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
60.10 g	19.98 g	0.68 g	48.44 g	19.98 g	1.07 g	47.48 g	19.99 g	1.07 g	39.19 g	0.00 g	1.37 g	49.48 g	20.38 g	0.02 g		
1,7			1,7			1,(7)			1,7			1,3,4,7,10				
<b>Ebéd</b>	<b>Óvoda Cegléd</b> <b>4 - 6 éves</b>	Erőleves Párolt sertésszelet Almamártással Pírtott darával			Almás-fahéjas szilvales Marhapörkölt Galuskával Vegyes vágottal			Füstölt sajtos Karfiolkrémleves Levesgyönggyel Narancsos mézes kakukkfűves csirkecomb Vegyes körettel			Zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szórattal Alma			Szárzableves Félbarna kenyérral Mákos piskóta Meggyraguval		
		Energia: 313.58 Kcal / 1,310.76 KJ			Energia: 589.46 Kcal / 2,463.94 KJ			Energia: 613.83 Kcal / 2,565.81 KJ			Energia: 522.94 Kcal / 2,185.89 KJ			Energia: 726.84 Kcal / 3,038.19 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.96 g	10.74 g	2.98 g	20.05 g	24.03 g	6.19 g	40.69 g	26.14 g	6.86 g	24.26 g	22.30 g	7.51 g	16.53 g	20.16 g	3.17 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
45.40 g	9.00 g	2.30 g	73.55 g	8.79 g	4.02 g	43.98 g	0.58 g	3.44 g	55.39 g	1.54 g	5.77 g	118.67 g	46.46 g	1.66 g		
1,7,9,(10)			1,3,7,15,(10),(12)			1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvoda Cegléd</b> <b>4 - 6 éves</b>	Soproni felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Paprikával			Sonkás-sajtos pizzaszelet Alma			Csokoládépudding Kifli			Turista felvágottas Zsemle Margarinnal			Párizsis Korpás zsemle Delma margarinnal Paprikával		
		Energia: 231.17 Kcal / 966.29 KJ			Energia: 319.98 Kcal / 1,337.52 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 220.86 Kcal / 923.19 KJ			Energia: 218.83 Kcal / 914.71 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.60 g	8.97 g	3.23 g	16.34 g	11.69 g	4.91 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g	7.44 g	8.51 g	3.32 g	7.38 g	7.97 g	2.51 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.94 g	0.00 g	0.98 g	36.63 g	3.03 g	1.94 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g	28.56 g	0.00 g	0.96 g	29.29 g	0.00 g	1.00 g		
1,(7)			1,3,7			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-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

**Eatrend Kft.**  
 2130 Alkarsa, Buzsáki 65  
**Jó étvágyat kívánunk!**  
 Csoportos adószám: 17/83408-5-13  
 Adószám: 14893560-4-13  
 Élelmézszevető

Heti étlap 2024.12.16. - 2024.12.20.