


Heti étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvoda</b>	Limonádé Fokhagymás felvágottas Margarinos Rozskenyér			Vaníliás tej Magyaros vajkrémes Kifli			Barackos tea Sertés párizsis Margarinos Korpás kenyér			Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrémes Korpás kenyér Paprikával			Tej Briós		
		Energia: 265.19 Kcal / 1,108.49 KJ			Energia: 325.05 Kcal / 1,358.71 KJ			Energia: 272.69 Kcal / 1,139.84 KJ			Energia: 286.11 Kcal / 1,195.94 KJ			Energia: 234.07 Kcal / 978.41 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.83 g	9.28 g	7.71 g	11.07 g	11.28 g	5.60 g	6.84 g	6.10 g	2.28 g	4.99 g	12.40 g	2.96 g	10.41 g	6.22 g	2.95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
36.22 g	5.99 g	1.60 g	44.42 g	9.99 g	0.68 g	47.41 g	19.98 g	1.22 g	38.17 g	10.00 g	0.73 g	33.84 g	5.54 g	0.59 g		
1,(7)			1,7			1,(7)			1,3,4,7,10			1,3,7				
<b>Ebéd</b>	<b>Óvoda</b>	Tejfölös zöldborsóleves Paprikás burgonya Csemege uborkával			BrokkolikréMLEVES Pírtott kenyéRKOCKÁVAL Hentes tokány Párolt rizszel			Legényfogó leves MákszóRATOS Főtt tészta Körte			Gombaleves Fasírt SárgaborsófőZELÉKKEL Félbarna kenyéRRel			Erőleves Levesbetéttel MarhapörkÖLT Bulgur körettel CéklaSalátával		
		Energia: 291.79 Kcal / 1,219.68 KJ			Energia: 569.93 Kcal / 2,382.31 KJ			Energia: 454.94 Kcal / 1,901.65 KJ			Energia: 527.68 Kcal / 2,205.70 KJ			Energia: 501.25 Kcal / 2,095.23 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.83 g	17.96 g	4.57 g	19.03 g	26.82 g	6.93 g	17.71 g	10.98 g	2.06 g	25.39 g	22.67 g	5.33 g	18.62 g	22.53 g	4.21 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
42.36 g	0.05 g	4.29 g	62.40 g	0.02 g	2.73 g	70.96 g	10.00 g	5.30 g	55.25 g	0.00 g	0.84 g	58.45 g	3.20 g	3.08 g		
1,7,9,15,(12)			1,7,9,15,(12)			1,7,9,(3)			1,3,9			1,3,9,15,(12)				
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvoda</b>	Vajas pogácsa			DiákcseMEGÉS Margarinos Rozskenyér Uborkával			Sajtkrémes rúd			Puding Kifli			Csirkemellsonkás Margarinos Rozskenyér SalátalevéLlel		
		Energia: 182.50 Kcal / 762.85 KJ			Energia: 203.13 Kcal / 849.08 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 194.28 Kcal / 812.09 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		2.46 g	13.10 g	3.58 g	7.78 g	5.62 g	6.48 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g	9.50 g	3.65 g	5.60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
13.48 g	0.00 g	0.79 g	30.31 g	2.20 g	1.09 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g	30.83 g	0.00 g	1.19 g		
1,7,(6),(12)			1,(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-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

  
**Eatrend Kft.**  
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 14893560-4-13  
 27.