


Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Téli varázslat tea Magyaros vajkrémes Félbarna kenyér Póréhagymakarikával			Tej Vajas kifli			Vadmeggyes tea Vaníliás túrókrém Teljes kiőrlésű kenyérral			Barackos tea Tejbegríz Kakaó szóráttal			Citromos tea Majonézes tonhalkrémes Korpás kenyér Paprikával		
		Energia: 350.69 Kcal / 1,465.88 KJ			Energia: 269.88 Kcal / 1,128.10 KJ			Energia: 216.79 Kcal / 906.18 KJ			Energia: 372.06 Kcal / 1,555.21 KJ			Energia: 300.79 Kcal / 1,257.30 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.03 g	8.72 g	4.05 g	10.59 g	10.28 g	5.11 g	7.99 g	2.07 g	0.77 g	8.79 g	3.03 g	1.50 g	5.16 g	9.24 g	3.26 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
60.52 g	27.98 g	0.00 g	33.43 g	0.00 g	0.68 g	41.23 g	12.39 g	0.09 g	77.27 g	54.44 g	0.54 g	48.82 g	20.38 g	0.73 g		
1,7			1,7			1,7,(12)			1,7			1,3,4,7,10				
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Fokhagymakrémleves Pírtott kenyérkockával Csikós tokány Párolt rizszel			Májgaluskaleves Sajtos-tejfölös tészta Alma			Citromos almaleves Stefánia vagdalt Burgonyapürével			Tejfölös zöldbabeleves Tarhonyás hús Céklasalátával			Tojásleves Zöldborsófőzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral		
		Energia: 647.86 Kcal / 2,708.05 KJ			Energia: 421.53 Kcal / 1,762.00 KJ			Energia: 556.21 Kcal / 2,324.96 KJ			Energia: 522.91 Kcal / 2,185.76 KJ			Energia: 365.78 Kcal / 1,528.96 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		18.59 g	34.83 g	9.04 g	17.42 g	14.28 g	6.62 g	19.74 g	23.18 g	7.54 g	20.57 g	22.80 g	6.52 g	20.90 g	23.66 g	6.34 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64.61 g	0.01 g	1.79 g	56.04 g	0.03 g	4.98 g	69.57 g	11.49 g	3.31 g	58.26 g	3.22 g	1.68 g	52.24 g	12.00 g	0.69 g		
1,7,9			1,3,7,9			1,3,7			1,3,7,9,15,(12)			1,3,7,9				
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Csokoládékrémes rúd			Olasz felvágottas Graham kenyér Margarinnal Jégcsapretekkel			Margarinos zsemle Sajt szelettel Kígyóuborkával			Csirkemellsonkás Margarinos Rozskenyér			Gyümölcsös joghurt Keksz		
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 247.08 Kcal / 1,032.79 KJ			Energia: 227.38 Kcal / 950.45 KJ			Energia: 193.87 Kcal / 810.38 KJ			Energia: 300.79 Kcal / 1,257.30 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	9.02 g	8.78 g	3.20 g	10.19 g	7.70 g	4.60 g	9.46 g	3.64 g	5.60 g	8.04 g	9.09 g	3.74 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
19.66 g	0.00 g	1.38 g	32.99 g	3.12 g	1.94 g	29.27 g	2.75 g	0.53 g	30.78 g	0.00 g	1.19 g	46.09 g	17.55 g	0.68 g		
1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(7)			1,7			1,(7)			1,7,(3),(5),(8)				

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 | |

Jó étvágyat kívánunk!


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