


Heti étlap 2025.01.20. - 2025.01.24.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Tej Mézes Félbarna kenyér Margarinnal			Erdei gyümölcsös tea Sárgarépás sajtvarázskrém Rozskenyér			Citromos tea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér			Csipkebogyós tea Tavaszi felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Salátalevéellel			Barackos tea Körözöttes Korpás zsemle Kígyóborkával		
		Energia: 302.26 Kcal / 1,263.45 KJ			Energia: 262.79 Kcal / 1,098.46 KJ			Energia: 317.05 Kcal / 1,325.27 KJ			Energia: 265.06 Kcal / 1,107.95 KJ			Energia: 252.61 Kcal / 1,055.91 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12.72 g	5.60 g	2.71 g	7.20 g	7.79 g	4.52 g	6.27 g	10.38 g	3.88 g	6.21 g	5.32 g	2.00 g	8.10 g	2.10 g	1.16 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
50.08 g	8.10 g	0.33 g	40.56 g	10.00 g	0.70 g	49.20 g	19.98 g	0.59 g	47.88 g	19.99 g	1.13 g	49.97 g	22.18 g	0.93 g		
1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,(7)			1,7				
<b>Ebéd</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Kerti zöldségleves Carbonara spagetti Reszelt sajtszóráttal			Reszelt tésztalesves Burgonyafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral			Zselici húsos leves Félbarna kenyérral Lekváros bukta Alma			Francia hagymakrémleves Pirított kenyérkockával Mediterrán sertésragu Spanyol rizszel			Csontleves Cérumetéllel Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérral		
		Energia: 484.79 Kcal / 2,026.42 KJ			Energia: 452.09 Kcal / 1,889.74 KJ			Energia: 547.22 Kcal / 2,287.38 KJ			Energia: 566.77 Kcal / 2,369.10 KJ			Energia: 436.16 Kcal / 1,823.15 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		27.47 g	18.83 g	7.02 g	18.31 g	15.50 g	5.29 g	18.37 g	11.72 g	2.89 g	18.27 g	24.51 g	6.38 g	15.60 g	18.06 g	4.43 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
51.15 g	0.01 g	7.61 g	58.74 g	0.00 g	1.21 g	91.17 g	19.93 g	0.88 g	67.65 g	0.07 g	0.87 g	52.28 g	8.01 g	1.93 g		
1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)			1,3,7			1,3,7,9,(12)			1,7,9,(10)			1,3,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Paprikás szalámis Korpás zsemle Margarinnal Paprikával			Túró Rudi Kalács			Sertés párizsis Zsemle Margarinnal			Sajtkrém rúd			Csoki puding Keks		
		Energia: 208.22 Kcal / 870.36 KJ			Energia: 310.45 Kcal / 1,297.68 KJ			Energia: 196.54 Kcal / 821.54 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 134.68 Kcal / 562.96 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.96 g	7.01 g	2.64 g	11.00 g	9.51 g	4.32 g	7.08 g	5.99 g	2.41 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	2.45 g	3.30 g	0.61 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.28 g	0.00 g	0.97 g	44.71 g	7.20 g	0.64 g	28.54 g	0.00 g	0.58 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	23.64 g	4.56 g	0.19 g		
1,(7)			1,3,7			1,(7)			1,7			1,(3),(5),(7),(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 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 14893560-4-13  
 27.