


Heti étlap 2024.12.16. - 2024.12.20.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Csokis tej Vajas kifli			Barackos tea Sütőtökös sajtkrém Rozskenyérrel			Cspikebogyós tea Paprikás szalámis Korpás kenyér Margarinnal			Tej Margarinos Korpás kenyér Sajtszelettel Paradicsommal			Citromos tea Tonhalkrémes Félbarna kenyér		
		Energia: 353.65 Kcal / 1,478.26 KJ			Energia: 313.14 Kcal / 1,308.93 KJ			Energia: 277.37 Kcal / 1,159.41 KJ			Energia: 318.34 Kcal / 1,330.66 KJ			Energia: 322.01 Kcal / 1,346.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.60 g	10.29 g	5.11 g	7.22 g	8.75 g	4.52 g	6.06 g	6.97 g	2.51 g	16.18 g	10.72 g	5.92 g	6.80 g	9.40 g	3.44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54.25 g	19.98 g	0.68 g	50.93 g	19.98 g	0.70 g	47.39 g	19.99 g	1.16 g	39.10 g	0.00 g	1.43 g	52.09 g	20.38 g	0.03 g		
1,7			1,7			1,(7)			1,7			1,3,4,7,10				
<b>Ebéd</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Erőleves Cérnametéllel Zöldborsófőzelék Fasírttal Félbarna kenyérrel			Almás szilvaleves Tarhonyás hús Vegyes vágottal			Szárzabbaleves Félbarna kenyérrel Mákos piskóta Meggyszósszal			Kerti zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajtszóráttal Alma			Póréhagymakrémes Pírtott kenyérkockával Narancsos csirkecomb Párolt zöldséggel Párolt rizszel		
		Energia: 575.77 Kcal / 2,406.72 KJ			Energia: 519.89 Kcal / 2,173.14 KJ			Energia: 726.84 Kcal / 3,038.19 KJ			Energia: 522.94 Kcal / 2,185.89 KJ			Energia: 569.17 Kcal / 2,379.13 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		24.73 g	22.84 g	5.76 g	19.65 g	20.73 g	5.62 g	16.53 g	20.16 g	0.60 g	24.26 g	22.30 g	7.51 g	38.33 g	22.23 g	3.97 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
67.82 g	11.99 g	1.62 g	64.08 g	7.79 g	1.21 g	118.67 g	0.01 g	1.25 g	55.39 g	1.54 g	5.77 g	43.91 g	0.00 g	4.06 g		
1,3,7,9			1,3,7,15,(10),(12)			1,3,7,9,(12)			1,3,7,9,(6),(12)			1,7,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Soproni felvágottas Teljes kiörlésű kenyér Margarinnal Paprikával			Pizzaszelet			Puding Keksz			Kalács Baracklekvárral			Sertés párizsis Korpás zsemle Margarinnal Paprikával		
		Energia: 231.17 Kcal / 966.29 KJ			Energia: 267.80 Kcal / 1,119.40 KJ			Energia: 67.34 Kcal / 281.48 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ			Energia: 201.44 Kcal / 842.02 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	15.74 g	11.09 g	3.62 g	1.22 g	1.65 g	0.18 g	7.12 g	6.31 g	2.60 g	7.38 g	6.07 g	2.41 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	26.13 g	0.10 g	0.84 g	11.82 g	1.36 g	0.05 g	46.04 g	10.43 g	0.63 g	29.29 g	0.00 g	1.03 g		
1,(7)			1,3,7			1,(3),(5),(7),(8)			1,3,7,(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 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 14893560-4-13  
 27.