


Heti étlap 2025.01.20. - 2025.01.24.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	Eger Óvoda 4-6 év	Tej Mézes Félbarna kenyér Margarinnal			Erdei gyümölcsös tea Sárgarépás sajtvarázskrém Rozskenyér			Citromos tea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér			Csipkebogyós tea Tavaszi felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Paradicsommal			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.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.72 g	5.60 g	2.71 g	7.20 g	7.79 g	7.80 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	1.20 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	0.96 g	49.20 g	20.38 g	0.59 g	47.88 g	19.99 g	1.13 g	49.97 g	22.73 g	0.93 g		
1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,(7)			1,7				
Ebéd	Eger Óvoda 4-6 év	Kerti zöldségleves Carbonara spagetti Reszelt sajttal			Reszelt tészta leves Burgonyafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral			Zselici húsos leves Félbarna kenyérral Tejbedara Kakaó szóráttal Mandarin			Francia hagymakrémleves Pírtott kenyérbarkával Mediterrán sertésragu Spanyol rizszel			Csontleves Cérumetéllettel Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérral		
		Energia: 484.79 Kcal / 2,026.42 KJ			Energia: 452.09 Kcal / 1,889.74 KJ			Energia: 496.81 Kcal / 2,076.67 KJ			Energia: 565.57 Kcal / 2,364.08 KJ			Energia: 520.55 Kcal / 2,175.90 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		27.47 g	18.83 g	7.02 g	18.31 g	15.50 g	5.29 g	18.93 g	6.80 g	2.58 g	17.38 g	26.30 g	7.47 g	17.85 g	18.24 g	4.45 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	89.47 g	34.47 g	0.96 g	64.55 g	0.07 g	1.10 g	70.28 g	8.01 g	1.94 g		
1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)			1,3,7			1,7,9			1,7,9,(10)			1,3,9				
Uzsonna	Eger Óvoda 4-6 év	Paprikás szalámis Korpás zsemle Margarinnal Paprikával			Meggyes táska			Sertés párizsis Zsemle Margarinnal			Sajtkrém rúd Banán			Kifli Pudinggal		
		Energia: 208.22 Kcal / 870.36 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 196.54 Kcal / 821.54 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.96 g	7.01 g	2.64 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	7.08 g	5.99 g	2.41 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	3.76 g	0.28 g	0.10 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	39.98 g	18.16 g	0.67 g	28.54 g	0.00 g	0.58 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			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-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.
 2739 Albertirsa, Postai út 65.
 Csoportnyilvántartási szám: 1778340816-13
 Adószám: 14902500-1-18
 20.