


Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek	
 Reggeli	Bölcsőde 1-3 éves	Tej Pritaminpaprikás sajtkrémes Félbarna kenyér Jégcsapretekkel			Tej Kakaós kalács			Tej Körözöttes Félbarna kenyér Kígyóborkával			Kakaó Vajás kifli			Tej Majonézes tonhalkrémes Félbarna kenyér Paprikával	
		Energia: 269.76 Kcal / 1,127.60 KJ			Energia: 201.18 Kcal / 840.93 KJ			Energia: 229.86 Kcal / 960.81 KJ			Energia: 295.76 Kcal / 1,236.28 KJ			Energia: 366.15 Kcal / 1,530.51 KJ	
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír
		11.04 g	12.68 g	4.64 g	9.16 g	7.70 g	3.91 g	12.40 g	7.61 g	4.24 g	9.08 g	11.50 g	5.77 g	13.77 g	15.05 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor
27.64 g	3.12 g	0.36 g	23.57 g	1.40 g	0.44 g	27.67 g	2.75 g	0.65 g	38.79 g	7.99 g	0.58 g	43.45 g	0.40 g		
1,7		1,3,7			1,7			1,7			1,3,4,7,10				
Tízórai	Bölcsőde 1-3 éves	Alma			Alma			Banán			Alma			Banán	
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ			Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ	
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír
		0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.65 g	0.05 g	0.00 g	0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.65 g	0.05 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor
3.50 g	0.00 g	0.01 g	3.50 g	0.00 g	0.01 g	12.10 g	0.00 g	0.03 g	3.50 g	0.00 g	0.01 g	12.10 g	0.00 g		
1,7,(10)		1,3,7,9			1,3,7			1,7,(10)			1,3,7,9				
Ebéd	Bölcsőde 1-3 éves	Gyümölcslé Parajfőzelék Párolt csirkemellel Főtt burgonyával			Májgaluskaleves Gyümölcsös tejberizs			Citromos almaleves Stefánia vagdalt Burgonyapürével Reszelt céklás-répasalátával			Gyümölcslé Zöldbabfőzelék Pírtott csirkehússal			Tojásleves Tökfőzelék Sajtos zöldségfásirttal	
		Energia: 294.42 Kcal / 1,230.68 KJ			Energia: 296.95 Kcal / 1,241.25 KJ			Energia: 503.15 Kcal / 2,103.17 KJ			Energia: 220.82 Kcal / 923.03 KJ			Energia: 270.52 Kcal / 1,130.77 KJ	
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír
		17.55 g	7.72 g	1.41 g	11.43 g	8.17 g	2.92 g	17.35 g	19.21 g	6.28 g	13.22 g	11.46 g	2.00 g	8.10 g	9.70 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor
37.67 g	2.71 g	2.17 g	45.54 g	6.42 g	0.63 g	67.65 g	11.49 g	2.42 g	15.84 g	2.87 g	1.32 g	37.10 g	6.00 g		
1,7,(10)		1,3,7,9			1,3,7			1,7,(10)			1,3,7,9				
Uzsonna	Bölcsőde 1-3 éves	Epres tea Vaníliás túrókrém Kifli			Citromos tea Csirkemellsonkás Rozskenyér Margarinnal Paprikával			Meggyes tea Daráltlenmagos sajtkrémes Zsemle			Málnás tea , Zalakrémes Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsommal			Gyümölcsös joghurt Kifli	
		Energia: 163.99 Kcal / 685.48 KJ			Energia: 214.29 Kcal / 895.73 KJ			Energia: 234.87 Kcal / 981.76 KJ			Energia: 181.58 Kcal / 759.00 KJ			Energia: 275.39 Kcal / 1,151.13 KJ	
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír
		6.19 g	1.62 g	0.83 g	9.04 g	3.61 g	5.56 g	5.99 g	8.21 g	4.73 g	4.22 g	6.98 g	3.09 g	9.35 g	6.07 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor
30.91 g	12.39 g	0.42 g	36.33 g	5.00 g	1.08 g	33.92 g	5.00 g	0.30 g	25.22 g	9.99 g	0.16 g	45.25 g	12.99 g		
1,7,(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

Jó étvágyat kívánunk!

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén

3-tojás

5-földimogyoró

7-tejtermék,laktóz

11-szezám

13-csillagfűrt 15-mesterséges édesítőszer

2-rák

4-hal

6-szója

8-diófélék

12-kéndioxid-szulfid

14-puhatestűek 16-édesgyökér

Eatrend Kft
2730 Albertlita, Fesit u. 65
Cseporthoz közösen: 17783408-5-13
Adószám: 1493560-4-13
45.