


Heti étlap 2025.03.10. - 2025.03.14.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Kakaó Kifli	Csipkebogyós tea Tepertőkrém Eatrend módra Korpás kenyérrrel Póréhagymakarikával	Almás-fahéjas tea Csicszeriborsókrémes Rozskenyér Körte	Tej Baracklekváros Margarinos Korpás kenyér	Citromos tea Tonhalkrémes Teljes kiőrlésű kenyér										
		Energia: 249.62 Kcal / 1,043.41 KJ	Energia: 300.77 Kcal / 1,257.22 KJ	Energia: 368.42 Kcal / 1,540.00 KJ	Energia: 272.33 Kcal / 1,138.34 KJ	Energia: 308.84 Kcal / 1,290.95 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.75 g	3.50 g	1.86 g	5.79 g	9.11 g	0.00 g	7.88 g	7.10 g	6.85 g	10.79 g	5.36 g	2.53 g	6.48 g	9.53 g	3.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
43.50 g	9.99 g	0.68 g	48.50 g	19.99 g	0.70 g	67.63 g	27.98 g	0.85 g	45.09 g	6.23 g	1.03 g	48.84 g	19.98 g	0.11 g		
1,7	1,3,7,10,(12)		1,7,10,(12)		1,7,(12)		1,3,4,7,10									
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Paprikás burgonya Félbarna kenyérrrel Céklasalátával	Csontleves Toscan paradicsomos csirke Penne tésztával Reszelt sajszórattal	Palócleves Tejberizs Gyümölcsraguval	Zöldborsóleves Paradicsomos káposztafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérrrel	Brokkolikrémleves Pírtott kenyérkockával Pásztortarhonya Házi káposztasalátával										
		Energia: 441.05 Kcal / 1,843.59 KJ	Energia: 423.30 Kcal / 1,769.39 KJ	Energia: 419.82 Kcal / 1,754.85 KJ	Energia: 461.05 Kcal / 1,927.19 KJ	Energia: 589.99 Kcal / 2,466.16 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		17.23 g	22.25 g	6.94 g	19.08 g	13.24 g	3.79 g	13.59 g	10.43 g	2.11 g	18.26 g	20.75 g	6.54 g	22.25 g	23.13 g	2.95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64.98 g	3.49 g	3.83 g	56.56 g	0.02 g	5.85 g	67.17 g	0.01 g	1.39 g	49.90 g	9.03 g	4.00 g	72.22 g	4.02 g	2.75 g		
1,3,7,15,(6),(10),(11),(12)	1,3,7,9		1,7		1,9		1,3,7									
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Szendvicssonkás Rozskenyér Margarinnal Sós-karamellás zabrudi	Helyben sült csokoládékrémes rúd Alma	Paprikás szalámis Zsemle Margarinnal	Sajt szeletes Zsemle Margarinnal Salátalevéllal	Helyben sült kajszibarackos háromszög										
		Energia: 197.76 Kcal / 826.64 KJ	Energia: 386.20 Kcal / 1,614.32 KJ	Energia: 203.32 Kcal / 849.88 KJ	Energia: 228.68 Kcal / 955.88 KJ	Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.50 g	3.36 g	5.15 g	11.95 g	26.70 g	10.07 g	6.66 g	6.93 g	2.64 g	10.28 g	7.98 g	4.41 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31.34 g	0.00 g	1.16 g	23.86 g	0.00 g	1.39 g	28.53 g	0.00 g	0.52 g	28.87 g	0.00 g	0.52 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g		
1,(7)	1,7,(3),(6),(8),(11),(12)		1,(7)		1,7		1,7,(3),(6),(12)									

Az étlapváltoztatás igazt 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 Albertfata, Felső u. 65
 Cégnyilvántartási szám: 117783408-5-13
 Adószám: 14893560-4-13
 45.