


Heti étlap 2025.03.10. - 2025.03.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek	
 <b>Reggeli</b>	<b>Bölcsőde</b> <b>1-3 éves</b>	Kakaó Kalács			Tej Sárgarépás sajtkrém Rozskenyér Póréhagymakarikával			Tej Áttört csicseriborsókrém Félbarna kenyér Paradicsommal			Tej Barackleváros Margarinos Kifli			Citromos tea Sajtos tonhalkrém Félbarna kenyér Paprikával	
		Energia: 286.94 Kcal / 1,199.41 KJ			Energia: 344.85 Kcal / 1,441.47 KJ			Energia: 294.28 Kcal / 1,230.09 KJ			Energia: 276.06 Kcal / 1,153.93 KJ			Energia: 200.78 Kcal / 839.26 KJ	
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír
		10.01 g	8.63 g	4.79 g	14.09 g	13.27 g	11.45 g	12.67 g	11.23 g	3.80 g	10.61 g	7.88 g	4.04 g	6.21 g	7.40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor
41.99 g	11.84 g	0.74 g	41.86 g	0.00 g	1.14 g	35.28 g	0.06 g	0.82 g	40.53 g	6.23 g	0.70 g	27.06 g	5.00 g		
1,3,7			1,7			1,7,10,(12)			1,7,(12)			1,4,7			
<b>Tízórai</b>	<b>Bölcsőde</b> <b>1-3 éves</b>	Alma			Banán			Alma			Alma			Körte	
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ			Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 26.50 Kcal / 110.77 KJ	
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír
		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	0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.20 g	0.15 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor
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	3.50 g	0.00 g	0.01 g	6.00 g	0.00 g		
1,7		1,3,7,9			1,3,7,9			1,7			1,7				
<b>Ebéd</b>	<b>Bölcsőde</b> <b>1-3 éves</b>	Karfiollevés Csirkepaprikás Puliszkával			Csontleves Parajfőzelék Főtt tojással Főtt burgonyával			Húsgaluskaleves Tejberizs Gyümölcsraguval			Gyümölcsle Zöldborsófőzelék Párolt csirkemájjal Félbarna kenyérral			Gyümölcsle Roston sült csirkemell Csőben sült brokkolival Kuszusszal	
		Energia: 383.06 Kcal / 1,601.19 KJ			Energia: 310.37 Kcal / 1,297.35 KJ			Energia: 362.72 Kcal / 1,516.17 KJ			Energia: 392.88 Kcal / 1,642.24 KJ			Energia: 406.11 Kcal / 1,697.54 KJ	
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír
		15.89 g	19.25 g	1.11 g	12.72 g	16.72 g	3.15 g	13.07 g	12.90 g	3.99 g	23.38 g	15.02 g	0.68 g	22.87 g	21.05 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor
36.23 g	0.02 g	1.86 g	26.91 g	0.01 g	0.75 g	48.24 g	6.30 g	1.81 g	41.10 g	14.69 g	0.35 g	30.54 g	1.59 g		
1,7		1,3,7,9			1,3,7,9			1,7			1,7				
<b>Uzsonna</b>	<b>Bölcsőde</b> <b>1-3 éves</b>	Barackos tea Szendvicssonkás Félbarna kenyér Margarinnal Paprikával			Csipkegyógys tea Csokipuding Kiflivel			Cseresznyés tea Magyaros vajkrém Zsemle			Meggyes tea Sajt szeletes Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Kígyóborkával			Ívoghurt Kiflivel	
		Energia: 152.50 Kcal / 637.45 KJ			Energia: 112.06 Kcal / 468.41 KJ			Energia: 221.62 Kcal / 926.37 KJ			Energia: 197.69 Kcal / 826.34 KJ			Energia: 189.21 Kcal / 790.90 KJ	
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír
		8.07 g	2.79 g	1.16 g	3.89 g	0.31 g	0.10 g	5.33 g	8.38 g	4.00 g	9.56 g	8.15 g	4.47 g	8.20 g	0.42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor
23.74 g	19.98 g	0.41 g	23.30 g	0.50 g	0.41 g	30.91 g	19.98 g	0.06 g	21.50 g	12.19 g	0.55 g	37.51 g	14.71 g		
1,(7)		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 Albertléta, Irsó u. 65  
Csoportos adószám: H/17783408-5-13  
Közvetítő: 1493560-4-13  
45.