

Heti étlap 2025.03.17. - 2025.03.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Karamellás tej Kifli			Citromos tea Zöldfűszeres vajkrém Félbarna kenyér Lilahagymával			Erdei gyümölcsös tea Sült hagymakrém Teljes kiőrlésű kenyér Körte			Barackos tea Petrezselymes tojáskrém Rozskenyér Kígyóborkával			Vaníliás tej Briós		
		Energia: 256.53 Kcal / 1,072.30 KJ			Energia: 320.39 Kcal / 1,339.23 KJ			Energia: 291.14 Kcal / 1,216.97 KJ			Energia: 309.35 Kcal / 1,293.08 KJ			Energia: 276.82 Kcal / 1,157.11 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.56 g	3.28 g	1.73 g	6.75 g	8.65 g	4.05 g	6.47 g	8.61 g	0.04 g	8.24 g	7.86 g	6.72 g	10.42 g	6.22 g	2.95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
45.89 g	12.49 g	0.68 g	53.43 g	19.98 g	0.00 g	46.45 g	10.00 g	0.08 g	51.16 g	22.18 g	0.87 g	44.46 g	15.53 g	0.59 g		
1,7			1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,3,7				
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Magyaros gombaleves Kapos-tejfölös tökfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Erdei gyümölcsleves Rántott sertésszelet Párolt rizszel Tartármártással			Fejttbab-leves Mákos piskóta Vanília sodóval			Erőleves Mexikói húsos babragu Félbarna kenyérral			Zselici húsos leves Burgonyás tészta Céklasalátával		
		Energia: 496.72 Kcal / 2,076.29 KJ			Energia: 980.24 Kcal / 4,097.40 KJ			Energia: 674.53 Kcal / 2,819.54 KJ			Energia: 558.20 Kcal / 2,333.28 KJ			Energia: 381.63 Kcal / 1,595.21 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		19.49 g	23.80 g	6.53 g	20.74 g	62.45 g	10.95 g	15.82 g	21.63 g	1.43 g	27.79 g	20.13 g	4.31 g	16.35 g	10.75 g	1.68 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
50.78 g	6.99 g	0.94 g	82.41 g	13.59 g	1.65 g	103.26 g	5.60 g	1.39 g	65.79 g	0.00 g	1.86 g	54.24 g	3.21 g	1.94 g		
1,3,7			1,3,7,10,(12)			1,3,7,9,(12)			1,3,9			1,3,7,9,15,(12)				
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Kenőmájas Korpás kenyér Kígyóborkával			Helyben sült meggyes táska Alma			Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal			Helyben sült gesztenyés rúd			Baromfi párizsis Korpás kenyér Margarinnal Kígyóborkával		
		Energia: 201.38 Kcal / 841.77 KJ			Energia: 362.06 Kcal / 1,513.41 KJ			Energia: 220.86 Kcal / 923.19 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 191.94 Kcal / 802.31 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.85 g	5.81 g	2.17 g	4.02 g	18.51 g	4.87 g	7.44 g	8.51 g	3.32 g	1.40 g	4.65 g	0.00 g	6.57 g	6.03 g	2.43 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.21 g	2.20 g	0.93 g	44.18 g	18.16 g	0.68 g	28.56 g	0.00 g	0.96 g	25.55 g	0.00 g	0.00 g	27.83 g	2.20 g	1.23 g		
1,(6),(7),(10)			1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			6,(5),(8)			1,(7)				

Az étlapváltoztatás igazát 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 Albertfata, Felső u. 65
 Cégjegyzéki szám: 17783408-5-13
 Adószám: 14893560-4-13
 45.