


Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér	Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrémes Korpás kenyér	Tej Mézes Margarinos Korpás kifli	Cspikebogyós tea Kenőmájasos Rozskenyér Salátalevéllal	Barackos tea Margarinos Korpás kenyér Főtt tojáskarikákkal										
		Energia: 340.39 Kcal / 1,422.83 KJ	Energia: 255.71 Kcal / 1,068.87 KJ	Energia: 273.11 Kcal / 1,141.60 KJ	Energia: 305.84 Kcal / 1,278.41 KJ	Energia: 263.09 Kcal / 1,099.72 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.97 g	8.57 g	7.72 g	4.83 g	9.15 g	2.96 g	12.18 g	5.77 g	2.60 g	8.92 g	6.54 g	6.16 g	7.16 g	4.86 g	1.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.33 g	27.98 g	0.64 g	38.09 g	10.00 g	0.73 g	42.98 g	8.10 g	0.89 g	52.41 g	19.99 g	0.86 g	47.49 g	19.98 g	0.83 g		
1,7	1,3,4,7,10			1,7	1,(6),(7),(10)			1,3,(7)								
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Cheddaros sajtkrémleves Nachosszal Tavaszi sertésragu Párolt rizszel Alma	Májgaluskaleves Túrós-barackos rakott tészta	Tejfölös karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával Félbarna kenyérral	Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejbegríz Kakaó szórattal Alma	Rántottleves Pírtott kenyérrakással Bakonyi sertésragu Orsó tésztával										
		Energia: 615.69 Kcal / 2,573.58 KJ	Energia: 410.85 Kcal / 1,717.35 KJ	Energia: 514.39 Kcal / 2,150.15 KJ	Energia: 500.97 Kcal / 2,094.05 KJ	Energia: 481.04 Kcal / 2,010.75 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		18.09 g	28.73 g	2.96 g	16.65 g	9.17 g	0.25 g	17.10 g	19.42 g	5.62 g	18.74 g	9.92 g	3.19 g	22.53 g	18.76 g	2.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
68.68 g	29.22 g	1.19 g	65.81 g	0.03 g	0.52 g	67.07 g	8.01 g	1.45 g	83.80 g	34.46 g	1.24 g	55.03 g	0.02 g	4.59 g		
1,7,(3),(6),(10),(11)	1,3,7,9			1,3,7,9	1,7	1,3,7										
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Helyben sült kakaós csiga Alma	Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Paprikával	Szendvicssonkás Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóuborkával	Helyben sült sonkás-kukoricás pizzaszelet	Kockasajt Kíflivel Kígyóuborkával										
		Energia: 184.70 Kcal / 772.05 KJ	Energia: 202.71 Kcal / 847.33 KJ	Energia: 201.42 Kcal / 841.94 KJ	Energia: 274.22 Kcal / 1,146.24 KJ	Energia: 187.53 Kcal / 783.88 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		2.05 g	9.01 g	4.03 g	7.28 g	6.05 g	2.42 g	10.57 g	2.91 g	1.34 g	15.36 g	10.92 g	1.53 g	8.19 g	6.56 g	3.97 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
23.40 g	5.90 g	0.38 g	29.75 g	0.00 g	0.58 g	33.21 g	2.20 g	0.53 g	28.48 g	1.80 g	0.28 g	23.73 g	2.20 g	1.12 g		
1,7,(3),(6),(12)	1,(7)			1,(7)	1,3,7	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-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
 Cégnyilvántartás szám: 17783408-5-13
 Adószám: 14893560-4-13
 45.