

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 Kaláccsal			Tej Sárgarépás sajtkrémes Rozskenyér Póréhagymakarikával			Tej Áttört csicseriborsókrémes Félbarna kenyér Paradicsommal			Tej Baracklekváros Kifli Margarinnal			Citromos tea Sajtos tonhalkrémes Félbarna kenyér Kaliforniai Paprikával		
		Energia: 310.28 Kcal / 1,296.97 KJ			Energia: 344.85 Kcal / 1,441.47 KJ			Energia: 295.94 Kcal / 1,237.03 KJ			Energia: 276.06 Kcal / 1,153.93 KJ			Energia: 202.05 Kcal / 844.57 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		10.88 g	9.21 g	4.35 g	14.09 g	13.27 g	11.45 g	11.93 g	12.16 g	6.07 g	10.61 g	7.88 g	4.04 g	6.11 g	7.38 g	4.19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
45.75 g	10.39 g	0.79 g	41.86 g	0.00 g	1.14 g	34.34 g	0.00 g	0.25 g	40.53 g	6.23 g	0.70 g	27.52 g	5.00 g	0.25 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			Narancs			Alma			Körte		
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ			Energia: 20.71 Kcal / 86.57 KJ			Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 26.50 Kcal / 110.77 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.65 g	0.05 g	0.00 g	0.30 g	0.10 g	0.00 g	0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.20 g	0.15 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
3.50 g	0.00 g	0.01 g	12.10 g	0.00 g	0.03 g	4.25 g	0.00 g	0.00 g	3.50 g	0.00 g	0.01 g	6.00 g	0.00 g	0.00 g		
<b>Ebéd</b>	<b>Bölcsőde</b> <b>1-3 éves</b>	Gyümölcsle Burgonyafőzelék Párolt csirkemellel Tk.kenyérrel			Gyümölcsle Finomfőzelék Panírozott halrúddal Tk.kenyérrel			Húsgaluskaeves Tejberizs Gyümölcsraguval			Gyümölcsle Zöldborsó főzelék Párolt csirkemájjal Félbarna kenyérrel			Gyümölcsle Csöben sült brokkoli		
		Energia: 243.64 Kcal / 1,018.42 KJ			Energia: 249.07 Kcal / 1,041.11 KJ			Energia: 312.59 Kcal / 1,306.63 KJ			Energia: 392.88 Kcal / 1,642.24 KJ			Energia: 338.62 Kcal / 1,415.43 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		15.55 g	4.77 g	1.09 g	11.07 g	12.67 g	2.73 g	10.28 g	5.97 g	1.63 g	23.38 g	15.02 g	2.73 g	22.59 g	14.52 g	3.33 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
34.48 g	0.00 g	1.32 g	21.94 g	2.70 g	0.33 g	54.17 g	14.50 g	0.66 g	41.10 g	5.70 g	0.29 g	28.74 g	2.70 g	0.49 g		
1,7			1,3,7			1,3,7,9			1,7			1,7				
<b>Uzsonna</b>	<b>Bölcsőde</b> <b>1-3 éves</b>	Barackos tea Szendvics sonkás Félbarna kenyér Margarinnal Kaliforniai Paprika			Csipkebogyós tea Csokipuding Kölesgolyóval			Cseresznyés tea Magyaros vajkrémes Zsemle			Meggyes tea Sajt szeletes Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Kígyóuborkával			Kifli Ivó joghurttal		
		Energia: 153.77 Kcal / 642.76 KJ			Energia: 38.21 Kcal / 159.72 KJ			Energia: 221.62 Kcal / 926.37 KJ			Energia: 193.86 Kcal / 810.33 KJ			Energia: 189.21 Kcal / 790.90 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		7.97 g	2.77 g	1.11 g	1.43 g	0.37 g	0.07 g	5.33 g	8.38 g	4.00 g	9.26 g	7.85 g	4.50 g	8.20 g	0.42 g	0.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
24.20 g	1.00 g	0.41 g	8.50 g	0.56 g	0.00 g	30.91 g	2.00 g	0.06 g	21.52 g	4.75 g	0.53 g	37.51 g	7.49 g	0.79 g		
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

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-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

**FOODLIKE HUNGARY KFT.**

1027 Budapest, Bem József utca 9. fsz: 10.

Adószám: 24757373-2-11

C.j.sz.: 01-09-413626

9024 Győr, Hunyadi utca 14. A.ép: 2. m.

Jó étvágyat kívánunk!

*Galbonye*  
Élelmezésvezető