


Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvoda</b> <b>4-6 éves</b>	Karamellás tej Kalács			Erdei gyümölcsös tea Füstölt sajtos brokkolikrémés Rozskenyér			Citromos tea Tepertőkrémés Félbarna kenyér			Tej Gabonagolyó			Almás-fahéjas tea Tonhalkrémés Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 334.59 Kcal / 1,398.59 KJ			Energia: 275.76 Kcal / 1,152.68 KJ			Energia: 343.39 Kcal / 1,435.37 KJ			Energia: 208.05 Kcal / 869.65 KJ			Energia: 352.12 Kcal / 1,471.86 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.39 g	7.99 g	3.69 g	7.00 g	9.39 g	8.57 g	7.92 g	11.47 g	4.34 g	9.11 g	3.18 g	1.66 g	6.71 g	10.65 g	3.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
52.88 g	14.89 g	0.89 g	40.41 g	10.00 g	0.73 g	51.67 g	19.98 g	0.22 g	35.50 g	0.00 g	0.95 g	56.81 g	28.38 g	0.11 g		
1,3,7			1,7			1,3,7,10,(12)			7,(1),(3),(5)			1,3,4,7,10				
<b>Ebéd</b>	<b>Óvoda</b> <b>4-6 éves</b>	Őszi zöldségleves Bolognai spagetti Ketchuppel			Magyaros burgonyaleves Zöldborsó főzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérral			Erőleves Roston sült csirkemell Párolt rizszel Párolt zöldséggel			Gyömbéres Körtekrémleves Müzliszóráttal Rakott karfiol árpagyönggyel Szilva			Tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborkával		
		Energia: 511.81 Kcal / 2,139.37 KJ			Energia: 400.75 Kcal / 1,675.14 KJ			Energia: 512.67 Kcal / 2,142.96 KJ			Energia: 477.23 Kcal / 1,994.82 KJ			Energia: 345.06 Kcal / 1,442.35 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		24.20 g	22.88 g	7.98 g	13.53 g	11.88 g	1.65 g	25.29 g	26.70 g	8.24 g	16.99 g	21.53 g	6.60 g	14.92 g	15.32 g	4.81 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
51.58 g	1.54 g	5.78 g	59.94 g	12.06 g	1.67 g	42.41 g	0.17 g	3.03 g	52.90 g	9.39 g	2.18 g	35.91 g	0.01 g	1.89 g		
1,3,7,9,(6),(12)			1,7,9			1,7,9,(10)			1,5,6,7,(8),(11),(12)			1,3,9,15,(12)				
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvoda</b> <b>4-6 éves</b>	Kenőmájasos Korpás kenyér Kígyóuborkával			Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Salátalevéllel			Magyaros vajkrémés Korpás zsemle Paprikával			Korpás kifli Kockasajttal			Sajtkrémés rúd Zabrudai		
		Energia: 200.79 Kcal / 839.30 KJ			Energia: 196.95 Kcal / 823.25 KJ			Energia: 216.48 Kcal / 904.89 KJ			Energia: 201.34 Kcal / 841.60 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.80 g	5.80 g	2.17 g	7.12 g	6.00 g	2.41 g	5.44 g	8.41 g	4.00 g	9.52 g	7.02 g	3.79 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.12 g	2.20 g	0.93 g	28.59 g	0.00 g	0.58 g	29.50 g	0.00 g	0.51 g	24.78 g	0.00 g	1.26 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g		
1,(6),(7),(10)			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. étvágyat kívánunk!  
 Adószám: 24757373-2-11  
 C.j.sz.: 01-09-413626  
 9024 Győr, Hunyadi utca 14. A.ép. 2. m.

Élelmezésvezető