

Heti étlap 2025.01.20. - 2025.01.24.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Reggeli</b>	<b>Bölcsőde</b>	Tej Áfonya lekváros Teljeskiőrlésű kenyér Margarinnal			Erdei gyümölcsös tea Sárgarépás sajtvárászkremes Zsemle			Citromos tea Padlizsánkrémes Rozskenyér Paradicsommal			Csipkebogyó ízű tea Tavaszi felvágottas Teljeskiőrlésű kenyér Margarinnal Paprikával			Tej Körözöttes Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával		
		Energia: 300.56 Kcal / 1,256.34 KJ			Energia: 324.35 Kcal / 1,355.78 KJ			Energia: 273.60 Kcal / 1,143.65 KJ			Energia: 302.40 Kcal / 1,264.03 KJ			Energia: 359.96 Kcal / 1,504.63 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		15.20 g	7.52 g	3.94 g	12.54 g	12.64 g	6.45 g	6.97 g	10.77 g	8.37 g	13.09 g	10.15 g	4.90 g	14.17 g	16.02 g	6.05 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
42.69 g	0.00 g	0.54 g	39.71 g	0.00 g	0.55 g	36.83 g	5.40 g	1.21 g	39.51 g	0.00 g	0.63 g	39.81 g	2.75 g	0.86 g		
1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,7			1,3,7,10,(12)				
<b>Tízórai</b>	<b>Bölcsőde</b>	Alma			Narancs			Mandarin			Túró rudi			Banán		
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 20.71 Kcal / 86.57 KJ			Energia: 23.44 Kcal / 97.98 KJ			Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 52.48 Kcal / 219.97 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	0.30 g	0.10 g	0.00 g	0.35 g	0.15 g	0.00 g	0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.65 g	0.05 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	4.25 g	0.00 g	0.00 g	4.90 g	0.00 g	0.00 g	3.50 g	0.00 g	0.01 g	12.10 g	0.00 g	0.03 g		
<b>Ebéd</b>	<b>Bölcsőde</b>	Gyümölcsle Kelkáposzta főzelék Csirke nuggetsszel Teljeskiőrlésű kenyérral			Gyümölcsle Burgonyafőzelék Sertés aprósüttel Teljeskiőrlésű kenyérral			Zselici húsos leves gomba nélkül Ízes derelye Porcukorszóráttal			Gyümölcsle Finomfőzelék Panírozott dinóval Teljeskiőrlésű kenyérral			Gyümölcsle Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával		
		Energia: 373.52 Kcal / 1,561.31 KJ			Energia: 337.33 Kcal / 1,410.04 KJ			Energia: 510.16 Kcal / 2,132.47 KJ			Energia: 287.42 Kcal / 1,201.42 KJ			Energia: 410.59 Kcal / 1,716.27 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		15.74 g	21.10 g	5.57 g	13.68 g	20.61 g	6.03 g	16.98 g	14.76 g	3.06 g	11.99 g	6.93 g	1.39 g	13.83 g	17.81 g	4.34 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.65 g	2.71 g	3.72 g	23.38 g	7.70 g	1.87 g	77.30 g	34.98 g	1.02 g	43.50 g	2.70 g	0.83 g	48.24 g	10.00 g	2.31 g		
1,7,9			1,7			1,3,7,9			1,4,7			1,3,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>Bölcsőde</b>	Tea Kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Paprikával			Tej Kajsziarackos háromszög			Tej Párizsi felvágott Margarinos Teljeskiőrlésű kenyérral			Tej Sajtkrémes rúd			Kifli Pudinggal		
		Energia: 314.61 Kcal / 1,315.07 KJ			Energia: 216.74 Kcal / 905.97 KJ			Energia: 321.14 Kcal / 1,342.37 KJ			Energia: 275.39 Kcal / 1,151.13 KJ			Energia: 136.60 Kcal / 570.99 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		14.36 g	10.39 g	4.59 g	3.94 g	2.31 g	1.00 g	15.39 g	9.86 g	4.93 g	9.35 g	6.07 g	3.23 g	4.70 g	0.35 g	0.13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
40.54 g	0.00 g	0.48 g	44.93 g	21.22 g	0.47 g	42.33 g	0.00 g	0.36 g	45.25 g	12.99 g	0.90 g	28.50 g	0.00 g	0.06 g		
1,7,(6),(10)			1,(7),(12)			1,7,10,(12)			1,7			1				

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: 247573-2-01  
 C.j.sz.: 01-09-013625  
 9024 Győr, Hunyadi utca 14. A.ép. 2. em.

**Jó étvágyat kívánunk!**  
*Galbonye*  
 Élelmézszevető