

Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Bölcsőde 1-3 éves	Almás-fahéjas tea Snidlinges sajtkrém Rozskenyér Kígyóborkával			Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrém Félbarna kenyér			Kakaó Sajtkrém lenmagos Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával			Csipkebogyós tea Kenőmájas Zsemle Salátalevéllal			Tea barackos Főtt tojáskarikás Rozskenyér Margarinnal Hónapos retek		
		Energia: 198.40 Kcal / 829.31 KJ			Energia: 212.99 Kcal / 890.30 KJ			Energia: 287.94 Kcal / 1,203.59 KJ			Energia: 173.67 Kcal / 725.94 KJ			Energia: 196.07 Kcal / 819.57 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.52 g	8.48 g	7.78 g	5.75 g	8.10 g	2.88 g	10.58 g	12.75 g	7.13 g	7.42 g	2.81 g	1.17 g	6.97 g	5.14 g	4.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
24.79 g	4.11 g	0.72 g	28.68 g	4.00 g	0.06 g	32.55 g	5.11 g	0.48 g	29.68 g	0.50 g	0.44 g	30.38 g	9.99 g	0.62 g		
1,7			1,3,4,7,10			1,7			1,(7)			1,3,(7)				
Tízórai	Bölcsőde 1-3 éves	Alma			Narancs			Körte			Banán			Körte		
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 20.71 Kcal / 86.57 KJ			Energia: 26.50 Kcal / 110.77 KJ			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ			Energia: 26.50 Kcal / 110.77 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.30 g	0.10 g	0.00 g	0.20 g	0.15 g	0.00 g	0.65 g	0.05 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	4.25 g	0.00 g	0.00 g	6.00 g	0.00 g	0.00 g	12.10 g	0.00 g	0.03 g	6.00 g	0.00 g	0.00 g		
Ebéd	Bölcsőde 1-3 éves	Gyümölcslé Tavaszi sertésragu Kuszkuossal			Májgaluskaleves Túróval töltött zsemle			Gyümölcslé Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával			Hamis gulyásleves Zöldséges rizottó			Gyümölcslé Cukkinifőzelék Panírozott dinóval Félbarna kenyérel		
		Energia: 367.98 Kcal / 1,538.16 KJ			Energia: 415.38 Kcal / 1,736.29 KJ			Energia: 449.71 Kcal / 1,879.79 KJ			Energia: 416.85 Kcal / 1,742.43 KJ			Energia: 352.77 Kcal / 1,474.58 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.70 g	13.08 g	2.31 g	19.78 g	15.87 g	7.04 g	14.76 g	19.65 g	5.40 g	15.38 g	21.19 g	6.79 g	16.25 g	9.73 g	2.47 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
44.69 g	1.59 g	0.25 g	48.53 g	6.61 g	0.43 g	52.62 g	5.02 g	1.32 g	41.50 g	9.99 g	0.91 g	49.80 g	0.65 g	0.94 g		
1			1,3,7,9,(12)			1,3,7,9			1,3,7			1,3,7				
Uzsonna	Bölcsőde 1-3 éves	Tej Kakaós csiga			Tej Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Paprikával			Meggyes tea Actimel joghurt Kölesgolyóval			Limonádé Sajt szelet Margarinos Félbarna kenyérel			Tej Vajas pogácsa		
		Energia: 241.15 Kcal / 1,008.01 KJ			Energia: 281.21 Kcal / 1,175.46 KJ			Energia: 141.06 Kcal / 589.63 KJ			Energia: 217.09 Kcal / 907.44 KJ			Energia: 296.37 Kcal / 1,238.83 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.50 g	8.85 g	3.20 g	11.89 g	9.36 g	4.34 g	4.35 g	2.05 g	1.07 g	9.48 g	8.05 g	4.59 g	7.91 g	17.45 g	5.86 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33.50 g	17.55 g	0.22 g	37.23 g	0.00 g	0.63 g	26.20 g	14.71 g	0.11 g	26.41 g	5.00 g	0.55 g	26.33 g	0.00 g	0.96 g		
6,7,(5),(8)			1,7			1,7			1,7			1,7,(6),(12)				

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-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer | |