


Heti étlap 2025.03.10. - 2025.03.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvodás (4-6 év)	Kakaó Vajas molnárika			Csipkebogyós tea Eatrend Tepertőkrémes Korpás kenyér Póréhagymakarikával			Almás-fahéjas tea Csicseriborsókrémes Rozskenyér			Tej Barackleváros Félbarna kenyér Margarinnal			Citromos tea Sajtos tonhalkrémes Teljes kiőrlésű kenyér Kaliforniai paprikával		
		Energia: 368.17 Kcal / 1,538.95 KJ			Energia: 300.77 Kcal / 1,257.22 KJ			Energia: 336.62 Kcal / 1,407.07 KJ			Energia: 298.45 Kcal / 1,247.52 KJ			Energia: 300.89 Kcal / 1,257.72 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.40 g	8.00 g	3.69 g	5.79 g	9.11 g	3.59 g	7.64 g	6.92 g	7.23 g	12.73 g	5.60 g	2.71 g	7.75 g	7.71 g	4.11 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
61.21 g	22.38 g	0.89 g	48.50 g	19.99 g	0.92 g	60.43 g	27.98 g	0.91 g	49.11 g	6.23 g	0.33 g	49.71 g	19.98 g	0.33 g		
1,3,7		1,3,7,10,(12)			1,7,10,(12)			1,7,(12)			1,4,7					
Ebéd	Óvodás (4-6 év)	Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Paprikás burgonya Cékalsalátával Félbarna kenyérral			Csontleves Toszkán paradicsomos csirke Penne tésztával Reszelt sajttal Gyümölcsnap: Körte, Narancs			Palócleves Félbarna kenyérral Tejberizs Gyümölcsraguval			Zöldborsóleves Paradicsomos káposztafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral			Brokkolikrémleves Pírtott kenyérkockával Lecsós sertésragu Tarhonyával Házi káposztasalátával		
		Energia: 441.05 Kcal / 1,843.59 KJ			Energia: 471.97 Kcal / 1,972.83 KJ			Energia: 516.79 Kcal / 2,160.18 KJ			Energia: 461.05 Kcal / 1,927.19 KJ			Energia: 706.06 Kcal / 2,951.33 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.23 g	22.25 g	7.36 g	18.87 g	13.47 g	4.78 g	18.94 g	11.68 g	3.76 g	18.26 g	20.75 g	5.32 g	24.32 g	33.26 g	8.68 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64.98 g	3.49 g	2.99 g	67.19 g	2.54 g	6.66 g	83.15 g	15.00 g	1.94 g	49.90 g	9.03 g	3.97 g	76.37 g	8.01 g	4.38 g		
1,3,7,15,(6),(10),(11),(12)		1,3,7,9			1,7			1,9			1,3,7					
Uzsonna	Óvodás (4-6 év)	Szendvics sonkás Rozskenyér Margarinnal Salátalevéllel Sós karamellás zabrudí			Helyben sült csokoládékrémes rúd			Paprikás szalámis Zsemle Margarinnal Kígyóborkával			Margarinos Korpás zsemle Sajt szelettel Salátalevéllel			Helyben sült kajszibarackos háromszög Körte		
		Energia: 198.17 Kcal / 828.35 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 206.26 Kcal / 862.17 KJ			Energia: 228.68 Kcal / 955.88 KJ			Energia: 393.37 Kcal / 1,644.29 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.54 g	3.37 g	5.53 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	6.91 g	6.96 g	2.83 g	10.28 g	7.98 g	4.60 g	4.38 g	18.87 g	4.87 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31.39 g	0.00 g	1.22 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	28.96 g	2.75 g	0.53 g	28.87 g	0.00 g	1.06 g	50.48 g	18.16 g	0.69 g		
1,(7)		1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(7)			1,7			1,7,(3),(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 élesztőszer	
Quadro Byte Zrt			Oldalak		

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmiszevezető
2025.03.04. 7:12:06 | QB - Élelem