


Heti étlap 2025.03.17. - 2025.03.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvodás (4-6 év)	Tej Varázsszívószállal Csokoládécseppes minikuglóf			Citromos tea Zöldfűszeres vajkrémes Korpás zsemle Póréhagymarikával			Erdei gyümölcsös tea Sült hagymakrémes Teljes kiőrlésű kenyér			Barackos tea Petrezselymes tojáskrémes Rozskenyér Kígyóborkával			Vaníliás tej Brióssal		
		Energia: 1.029.46 Kcal / 4.303.14 Kj			Energia: 298.19 Kcal / 1.246.43 Kj			Energia: 259.34 Kcal / 1.084.04 Kj			Energia: 309.35 Kcal / 1.293.08 Kj			Energia: 276.82 Kcal / 1.157.11 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		27.79 g	38.26 g	26.19 g	5.59 g	8.42 g	4.00 g	6.23 g	8.43 g	3.57 g	8.24 g	7.86 g	7.14 g	10.42 g	6.22 g	2.95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
147.42 g	48.15 g	2.47 g	49.63 g	19.98 g	0.51 g	39.25 g	10.00 g	0.33 g	51.16 g	20.09 g	0.93 g	44.46 g	15.72 g	0.59 g		
6,7			1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,3,7				
Ebéd	Óvodás (4-6 év)	Hamis gulyásleves Sajtos-zöldborsós csirkeragu Orsó tésztával			Erdei gyümölcsleves Rántott sertésszelet Párolt rizszel Tartármártással Gyümölcsnap: Alma, Narancs			Jókai bableves Félbarna kenyérral Mákos piskóta Vanília sodóval			Grízgaluska leves Lencsefőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Tárkonyos sertésraguleves Burgonyás tészta Cékklasálattal		
		Energia: 534.67 Kcal / 2.234.92 Kj			Energia: 1.386.51 Kcal / 5.795.61 Kj			Energia: 827.25 Kcal / 3.457.91 Kj			Energia: 568.88 Kcal / 2.377.92 Kj			Energia: 401.59 Kcal / 1.678.65 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		25.23 g	21.59 g	8.23 g	29.77 g	92.01 g	14.90 g	24.71 g	26.42 g	6.08 g	26.87 g	23.10 g	6.60 g	15.59 g	12.60 g	2.75 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.99 g	0.09 g	6.37 g	106.79 g	13.59 g	2.21 g	121.89 g	42.08 g	1.45 g	62.89 g	1.21 g	2.33 g	55.79 g	5.57 g	3.08 g		
1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,10,(12)			1,3,7,9,(12)			1,3,7,9,10,(12)			1,3,7,9,15,(12)				
Uzsonna	Óvodás (4-6 év)	Kenőmájásos Korpás kenyér Kígyóborkával			Helyben sült meggyes táska			Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal Paprikával			Helyben sült gesztenyés rúd Mandarin			Baromfi párizsis Korpás kenyér Margarinnal Salátalevéllal		
		Energia: 201.38 Kcal / 841.77 Kj			Energia: 341.19 Kcal / 1.426.17 Kj			Energia: 225.76 Kcal / 943.68 Kj			Energia: 178.85 Kcal / 747.59 Kj			Energia: 189.41 Kcal / 791.73 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.85 g	5.81 g	2.21 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	7.74 g	8.59 g	3.32 g	1.82 g	4.83 g	0.92 g	6.36 g	6.01 g	2.28 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.21 g	0.11 g	0.93 g	39.98 g	20.91 g	0.67 g	29.31 g	0.00 g	0.96 g	31.43 g	17.55 g	0.05 g	27.45 g	0.00 g	1.22 g		
1,(6),(7),(10)			1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			6,(5),(8)			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-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Quadro Byte Zrt

Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmézésvezető
2025.03.10. 9:01:31 | QB - Élelem