


Heti étlap 2025.03.17. - 2025.03.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Bölcsis (1-3 év)	Karamellás tej Kiflivel			Citromos tea Zöldfűszeres vajkrémes Félbarna kenyér Paradicsommal			Erdei gyümölcsös tea Sült hagymakrémes Teljes kiőrlésű kenyér			Barackos tea Petrezselymes tojáskrém Félbarna kenyér Kígyóborkával			Vaníliás tej Brióssal		
		Energia: 219.79 Kcal / 918.72 KJ			Energia: 204.84 Kcal / 856.23 KJ			Energia: 185.82 Kcal / 776.73 KJ			Energia: 180.08 Kcal / 752.73 KJ			Energia: 242.09 Kcal / 1,011.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.86 g	4.48 g	2.38 g	4.75 g	8.47 g	4.00 g	4.37 g	7.95 g	3.54 g	6.20 g	6.94 g	2.71 g	8.72 g	7.42 g	3.60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
35.75 g	5.00 g	0.58 g	27.13 g	5.00 g	0.00 g	23.87 g	4.00 g	0.16 g	23.07 g	1.11 g	0.22 g	34.82 g	8.73 g	0.49 g		
1,7			1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,3,7				
Tízórai	Bölcsis (1-3 év)	Alma			Körte			Narancs			Alma			Körte		
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 26.50 Kcal / 110.77 KJ			Energia: 20.71 Kcal / 86.57 KJ			Energia: 17.39 Kcal / 72.69 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	0.20 g	0.15 g	0.00 g	0.30 g	0.10 g	0.00 g	0.20 g	0.20 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	6.00 g	0.00 g	0.00 g	4.25 g	0.00 g	0.00 g	3.50 g	0.00 g	0.01 g	6.00 g	0.00 g	0.00 g		
1,7			1,3,7,9			1,3,7,9,(12)			1,7			1,7,9				
Ebéd	Bölcsis (1-3 év)	Gyümölcsleves Kapros tejfőlés tökfőzelék Párolt csirkemájjal Félbarna kenyérral			Grízgaluska leves Sajtós zöldborsós csirkeragu Párolt rizzsel			Pulykaragu leves Mákos piskóta Vanília sodóval Alma			Gyümölcsleves Húsos-tojásos rakott burgonya Házi almás céklasaláta			Zselici húsos leves Tejbedara Kakaó szóráttal		
		Energia: 410.31 Kcal / 1,715.10 KJ			Energia: 426.07 Kcal / 1,780.97 KJ			Energia: 404.96 Kcal / 1,692.73 KJ			Energia: 398.58 Kcal / 1,666.06 KJ			Energia: 362.35 Kcal / 1,514.62 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		19.86 g	18.10 g	3.79 g	16.74 g	18.77 g	7.56 g	14.21 g	15.18 g	4.24 g	14.50 g	16.01 g	6.47 g	17.24 g	17.66 g	5.59 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
41.10 g	7.58 g	0.25 g	47.10 g	0.00 g	1.16 g	52.38 g	14.79 g	0.59 g	47.57 g	1.59 g	0.30 g	34.16 g	7.00 g	0.53 g		
1,7			1,3,7,9			1,3,7,9,(12)			1,7			1,7,9				
Uzsonna	Bölcsis (1-3 év)	Epres tea Daráltlenmagos sajtkrémes Rozskenyér Kígyóborkával			Tej Kifli Gyümölcskrémmel			Tej Szendvicssonkás Zsemle Margarinnal Paprikával			Tej Helyben sült gesztenyés rúd			Meggyes tea Baromfi párizsis Rozskenyér Margarinnal Paprikával		
		Energia: 245.51 Kcal / 1,026.23 KJ			Energia: 214.97 Kcal / 898.57 KJ			Energia: 268.73 Kcal / 1,123.29 KJ			Energia: 241.15 Kcal / 1,008.01 KJ			Energia: 216.98 Kcal / 906.98 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.72 g	9.13 g	9.33 g	9.02 g	4.51 g	2.38 g	13.43 g	6.84 g	3.39 g	6.50 g	8.85 g	3.20 g	8.20 g	5.90 g	6.45 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32.79 g	2.11 g	0.95 g	34.27 g	0.50 g	0.58 g	38.25 g	0.00 g	0.64 g	33.50 g	17.55 g	0.22 g	32.72 g	2.00 g	1.10 g		
1,7			1,7			1,7			6,7,(5),(8)			1,(7)				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Jó étvágyat kívánunk!

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén 3-tojás
2-rák 4-hal
Quadro Byte Zrt

5-földimogyoró 6-szója

7-tejtermék,laktóz 8-diófélék

9-zeller 10-mustár 11-szszám 12-kén-dioxid-szulfid
1/1 Oldalak

13-csillagfűrt 14-puhatestűek

15-mesterséges édesítőszer 16-édesgyökér

Élelmezésvezető

2025.03.10. 8:15:24 | QB - Élelem