

Heti étlap 2023.09.18 - 2023.09.22

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvodás 4-6 éves	Tej Mogyorókrémes Kifli			Limonádé Helyben készült kolbászkrémes Félbarna kenyér			Citromos tea Margarinos Graham kenyér Szerencse felvágottal Paradicsommal			Vaníliás tej Briós			Narancsos limonádé Natúr sajtkrémes Rozskenyér Paradicsommal		
		Energia: 313.45 Kcal / 1,310.22 KJ			Energia: 254.15 Kcal / 1,062.35 KJ			Energia: 305.65 Kcal / 1,277.62 KJ			Energia: 276.82 Kcal / 1,157.11 KJ			Energia: 262.13 Kcal / 1,095.70 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.86 g	9.48 g	1.86 g	6.93 g	8.06 g	3.66 g	8.77 g	6.31 g	2.29 g	10.42 g	6.22 g	2.95 g	7.41 g	8.83 g	9.11 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
44.80 g	9.60 g	0.68 g	37.93 g	5.99 g	0.11 g	53.23 g	19.98 g	1.55 g	44.46 g	15.53 g	0.59 g	37.85 g	6.10 g	0.94 g		
1,5,6,7,8			1,7			1,(7)			1,3,7			1,7				
Ebéd	Óvodás 4-6 éves	Jókai bableves Félbarna kenyérral Sajtos pogácsa			Paradicsom leves Roston sült csirkemell Párolt rizszel Párolt zöldséggel Gyümölcsnap: Körte, Szilva			Zellerkrém leves Pírtott kenyérkockával Rántott halfilé Burgonyapürével Uborkasalátával			Erőleves Rakott zöldbab bulgurral			Tojásleves Vadas sertés szelet Főtt tésztával		
		Energia: 454.84 Kcal / 1,901.23 KJ			Energia: 530.51 Kcal / 2,217.53 KJ			Energia: 766.78 Kcal / 3,205.14 KJ			Energia: 400.40 Kcal / 1,673.67 KJ			Energia: 379.69 Kcal / 1,587.10 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.33 g	22.72 g	6.41 g	24.47 g	12.15 g	1.50 g	22.68 g	41.60 g	7.38 g	17.48 g	18.40 g	5.39 g	19.99 g	10.58 g	2.51 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
46.95 g	0.03 g	1.72 g	71.05 g	3.18 g	2.17 g	72.95 g	8.41 g	3.94 g	42.12 g	0.00 g	2.52 g	50.69 g	0.51 g	5.07 g		
1,3,7,9			1,3,9,(10)			1,3,4,7,9			1,3,7,9			1,3,7,9,10,(12)				
Uzsonna	Óvodás 4-6 éves	Margarinos Rozskenyér Soproni felvágottal Paprikával			Margarinos Korpás zsemle Májusi csemegével Uborka karikákkal			Puding Keksz			Margarinos Rozskenyér Füstölt pulyka párizsival Paprikával			Mini csokoládédarabos kuglóf Alma		
		Energia: 242.64 Kcal / 1,014.24 KJ			Energia: 192.95 Kcal / 806.53 KJ			Energia: 303.70 Kcal / 1,269.47 KJ			Energia: 218.32 Kcal / 912.58 KJ			Energia: 466.20 Kcal / 1,948.72 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.04 g	9.30 g	7.71 g	6.97 g	5.29 g	2.28 g	7.24 g	8.95 g	4.03 g	8.68 g	6.78 g	6.80 g	10.14 g	17.50 g	12.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.60 g	0.00 g	1.60 g	29.31 g	2.20 g	0.95 g	48.20 g	26.32 g	0.40 g	30.58 g	0.00 g	1.22 g	65.80 g	21.50 g	1.06 g		
1,(7)			1,(7)			1,7,(3),(5),(8)			1,(6),(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-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	

4/4
Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető

2023.09.11 11:13:24 | QB - Élelem