


Heti étlap 2023.09.18 - 2023.09.22

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Bölcsődés 1-3 éves	Tej Magyaros vajkrémes Kifli			Citromos limonádé Körözöttes Félbarna kenyér			Citromos tea Margarinos Graham kenyér Csirkemell sonkával Paradicsommal			Vaníliás tej Bríóssal			Narancsos limonádé Házi sajtkrémes Félbarna kenyér Paradicsommal		
		Energia: 305.81 Kcal / 1,278.29 KJ			Energia: 210.41 Kcal / 879.51 KJ			Energia: 285.52 Kcal / 1,193.47 KJ			Energia: 270.19 Kcal / 1,129.39 KJ			Energia: 262.22 Kcal / 1,096.08 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		11.06 g	13.88 g	7.01 g	8.32 g	2.32 g	1.10 g	8.77 g	6.31 g	2.29 g	8.72 g	7.42 g	3.60 g	7.81 g	8.02 g	4.54 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33.80 g	0.00 g	0.64 g	38.55 g	5.99 g	0.41 g	48.24 g	14.99 g	1.55 g	41.81 g	15.53 g	0.49 g	39.30 g	6.10 g	0.26 g		
1,7		1,7			1,(7)			1,3,7			1,7					
Tízórai	Bölcsődés 1-3 éves	Alma			Őszibarack			Körte			Alma			Szilva		
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 20.57 Kcal / 85.98 KJ			Energia: 26.50 Kcal / 110.77 KJ			Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 19.37 Kcal / 80.97 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.35 g	0.05 g	0.00 g	0.20 g	0.15 g	0.00 g	0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.40 g	0.50 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	4.50 g	0.00 g	0.00 g	6.00 g	0.00 g	0.00 g	3.50 g	0.00 g	0.01 g	3.00 g	0.00 g	0.00 g		
1,7		1,7			1,7			1,7			1,7					
Ebéd	Bölcsődés 1-3 éves	Sertésragu leves Cukkinifőzelék Zöldségfásirtal Félbarna kenyérral			Paradicsom leves Roston sült csirkemell Párolt rizszel Kapormártással			Zellerkrém leves Píritott kenyérkockával Rántott halfilé Burgonyapürével Uborkasalátával			Tejfőlés gombaleves Rakott zöldbab bulgurral			Tojásleves Vadas sertés szelet Főtt tésztával Szilva		
		Energia: 388.45 Kcal / 1,623.72 KJ			Energia: 494.47 Kcal / 2,066.88 KJ			Energia: 426.26 Kcal / 1,781.77 KJ			Energia: 425.95 Kcal / 1,780.47 KJ			Energia: 317.56 Kcal / 1,327.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		15.52 g	12.56 g	2.26 g	19.70 g	14.01 g	1.83 g	19.47 g	10.70 g	2.84 g	18.37 g	20.46 g	6.08 g	17.70 g	11.21 g	2.63 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
47.18 g	0.62 g	1.77 g	71.99 g	21.90 g	3.38 g	61.21 g	5.31 g	2.50 g	42.97 g	0.02 g	2.66 g	36.09 g	0.51 g	4.67 g		
1,3,7,9		1,3,7,9,(10)			1,3,4,7,9			1,3,7,9			1,3,7,9,10,(12)					
Uzsonna	Bölcsődés 1-3 éves	Tea Margarinos Rozskenyér Soproni felvágottal Paprikával			Tej Margarinos Korpás zsemle Reszelt sajttal Uborkával			Tejeskávé Helyben sült sajtkrémes rúd			Tea Margarinos Zsemle Főtt tojáskarikákkal Paprikával			Tej Helyben sült csokoládékrémes rúd		
		Energia: 283.43 Kcal / 1,184.74 KJ			Energia: 348.28 Kcal / 1,455.81 KJ			Energia: 277.12 Kcal / 1,158.36 KJ			Energia: 231.65 Kcal / 968.30 KJ			Energia: 485.90 Kcal / 2,031.06 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		9.11 g	9.31 g	7.71 g	16.69 g	13.46 g	7.29 g	13.10 g	4.56 g	4.83 g	7.71 g	4.82 g	1.65 g	18.51 g	32.06 g	13.11 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
40.60 g	9.99 g	1.60 g	39.88 g	2.20 g	1.22 g	51.26 g	9.99 g	1.89 g	39.22 g	9.99 g	0.19 g	30.26 g	0.00 g	1.61 g		
1,(7)		1,7			1,7			1,3,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)					

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

5-földimogyoró 6-szója

7-tejtermék,laktóz 8-diófélék

9-zeller 11-szszám 12-kalcium
10-mustár 14-Oldalak

13-csillagfűrt 14-puhatestűk

15-mesterséges édesítőszer 16-édesgyökér

Élelmezésvezető