


Heti étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvodás (4-6 év)	Karamellás tej Vajas molnárika			Erdei gyümölcsös tea Füstölt sajtos brokkolikrémés Rozskenyér			Citromos tea Tepertőkrémés Félbarna kenyér Kígyóborkával			Tej Gabonagolyóval			Almás-fahéjas tea Majonézes tonhalkrémés Teljes kiőrlésű kenyér Retekkel		
		Energia: 334.59 Kcal / 1,398.59 KJ			Energia: 248.08 Kcal / 1,036.97 KJ			Energia: 345.74 Kcal / 1,445.19 KJ			Energia: 208.05 Kcal / 869.65 KJ			Energia: 355.03 Kcal / 1,484.03 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.39 g	7.99 g	3.69 g	7.03 g	7.15 g	3.86 g	8.12 g	11.49 g	4.49 g	9.11 g	3.18 g	1.66 g	6.95 g	10.67 g	3.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
52.88 g	14.89 g	0.89 g	38.54 g	10.00 g	0.30 g	52.01 g	22.18 g	0.23 g	35.50 g	0.00 g	0.95 g	57.25 g	28.38 g	0.14 g		
1,3,7			1,7			1,3,7,10,(12)			7,(1),(3),(5)			1,3,4,7,10				
Ebéd	Óvodás (4-6 év)	Őszi zöldségleves Zöldborsófőzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérral			Magyaros burgonyaleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal Gyümölcsnap: Szilva, Alma			Erőleves Roston sült csirkemell Párolt rizszel Párolt zöldséggel			Körtekrémleves Múzli szóráttal Rakott karfiol árpagyönggyel			Csupgátott tojásleves Paprikás burgonya Félbarna kenyérral Csemege uborkával		
		Energia: 386.10 Kcal / 1,613.90 KJ			Energia: 599.90 Kcal / 2,507.58 KJ			Energia: 537.88 Kcal / 2,248.34 KJ			Energia: 453.99 Kcal / 1,897.68 KJ			Energia: 234.57 Kcal / 980.50 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.39 g	12.68 g	2.12 g	25.54 g	23.48 g	7.51 g	24.81 g	15.82 g	2.39 g	16.51 g	20.93 g	6.60 g	10.91 g	16.02 g	4.16 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54.75 g	12.06 g	1.01 g	69.75 g	1.54 g	6.46 g	61.19 g	0.18 g	1.71 g	49.30 g	9.39 g	2.18 g	34.02 g	0.02 g	2.78 g		
1,7,9			1,3,7,9,(6),(12)			1,3,9,(7),(10)			1,5,6,7,(8),(11),(12)			1,3,9,15,(12)				
Uzsonna	Óvodás (4-6 év)	Kenőmájásos Korpás kenyér Paprikával			Margarinos Zsemle Sertés párizsival Jégsalátával			Narancsos mini kuglóf			Korpás kifli Kockasajttal			Helyben sült sajtkrémés rúd Zabrudival		
		Energia: 202.36 Kcal / 845.86 KJ			Energia: 196.95 Kcal / 823.25 KJ			Energia: 932.40 Kcal / 3,897.43 KJ			Energia: 201.34 Kcal / 841.60 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.84 g	5.84 g	2.02 g	7.12 g	6.00 g	2.41 g	20.28 g	35.00 g	24.40 g	9.52 g	7.02 g	3.79 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.38 g	0.00 g	0.92 g	28.59 g	0.00 g	0.58 g	131.60 g	43.00 g	2.12 g	24.78 g	0.00 g	1.26 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g		
1,(6),(7),(10)			1,(7)						1,7			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-csillagfűrt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges élelmiszer	
Quadro Byte Zrt					
Oldalak					

Jó étvágyat kívánunk!

.....

Élelmezésvezető
2024.10.30. 9:29:16 | QB - Élelem