


Heti étlap 2022.11.28 - 2022.12.04

| | | hétfő | kedd | szerda | csütörtök | péntek | szombat | vasárnap |
|--|---------------------------|--|--|--|---|--|--|--|
|  Reggeli | Bagolyvár 4-6 éves | Tej Kalács Margarinos Félbarna kenyér Kedvenc ízek sonkával | Barackos tea Natúr sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagymakarikával Fahéjas csiga | Almás-fahéjas tea Margarinos Rozs kenyér Zala felvágottal Paradicsommal Műzliszelet | Tej Margarinos Félbarna kenyér Soproni felvágottal Paprikával Sajtos pogácsa | Csipkebogyó tea Margarinos Zsemle Tavaszi felvágottal Sajt szelettel Paprikával | Citromos tea Margarinos Korpás kenyér Párizsival Jégcsapretekkel | Csipkebogyó tea Kenőmájásos Félbarna kenyér Póréhagymakarikával |
| | | Energia: 543.46 Kcal / 2,271.66 KJ | Energia: 453.22 Kcal / 1,894.46 KJ | Energia: 420.32 Kcal / 1,756.94 KJ | Energia: 522.94 Kcal / 2,185.89 KJ | Energia: 346.65 Kcal / 1,449.00 KJ | Energia: 273.15 Kcal / 1,141.77 KJ | Energia: 310.45 Kcal / 1,297.68 KJ |
| | | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír |
| | | 23.99 g 13.55 g 5.71 g | 11.90 g 13.28 g 5.71 g | 11.63 g 8.14 g 7.70 g | 18.12 g 24.92 g 8.40 g | 12.41 g 10.68 g 5.51 g | 6.67 g 6.05 g 2.29 g | 8.96 g 6.09 g 2.02 g |
| Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | | |
| 80.93 g 4.20 g 2.82 g | 70.93 g 24.98 g 0.99 g | 74.72 g 30.98 g 1.19 g | 56.12 g 0.00 g 3.16 g | 49.91 g 19.99 g 1.34 g | 47.92 g 23.10 g 1.23 g | 54.54 g 19.99 g 1.42 g | | |
| 1,3,7 | 1,7 | 1, (7), (9), (11), (12) | 1,3,7 | 1,7 | 1,(7) | 1,(6),(7),(10) | | |
| Tízórai | Bagolyvár 4-6 éves | Margarinos Félbarna kenyér Köpé felvágottal | Kefir Kiflivel | Magyaros vajkrém Félbarna kenyér | Kenőmájásos Zsemle | Margarinos Félbarna kenyér Mézzel | Kockasajt Zsemlével | Túrós táska |
| | | Energia: 213.24 Kcal / 891.34 KJ | Energia: 175.39 Kcal / 733.13 KJ | Energia: 231.14 Kcal / 966.17 KJ | Energia: 205.98 Kcal / 861.00 KJ | Energia: 205.20 Kcal / 857.74 KJ | Energia: 211.91 Kcal / 885.78 KJ | Energia: 153.89 Kcal / 643.26 KJ |
| | | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír |
| | | 8.61 g 5.79 g 2.07 g | 10.56 g 0.48 g 0.21 g | 6.38 g 8.60 g 3.87 g | 7.36 g 5.77 g 2.15 g | 5.92 g 2.60 g 0.90 g | 8.88 g 6.60 g 3.85 g | 3.78 g 8.64 g 2.63 g |
| Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | | |
| 31.61 g 4.00 g 1.66 g | 32.00 g 0.00 g 1.01 g | 31.78 g 0.00 g 1.20 g | 30.92 g 0.00 g 0.73 g | 39.48 g 8.10 g 1.26 g | 29.00 g 0.00 g 1.21 g | 15.08 g 0.00 g 0.31 g | | |
| 1,(7) | 1,7 | 1,7 | 1,(6),(7),(10) | 1,7 | 1,7 | 1,(7),(3),(6),(12) | | |
| Ebéd | Bagolyvár 4-6 éves | Paradicsom leves Levesbetéttel Tarhonyás hús Vegyvággottal Körte | Sárgaborsóleves Burgonyafőzelék Stefánia vagdalttal Félbarna kenyérral Túró Rudi | Zellerkrém leves Levesgönggyel Bolognai spagetti Reszelt sajttal | Tárkonyos zöldségleves Csikós tokány Párolt rizsszel Alma | Magyaros csipetkeleves Sült csirkecomb Tört burgonyával Vitaminsalátával | Sertésgulyás Félbarna kenyérral Szilvás gombóc Porcukorral | Kukoricagaluska leves Budapest szelet Párolt rizsszel |
| | | Energia: 496.95 Kcal / 2,077.25 KJ | Energia: 579.12 Kcal / 2,420.72 KJ | Energia: 564.46 Kcal / 2,359.44 KJ | Energia: 479.78 Kcal / 2,005.48 KJ | Energia: 545.57 Kcal / 2,280.48 KJ | Energia: 942.10 Kcal / 3,937.98 KJ | Energia: 453.31 Kcal / 1,894.84 KJ |
| | | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír |
| | | 23.53 g 12.87 g 2.57 g | 26.55 g 23.87 g 7.59 g | 22.86 g 23.97 g 9.41 g | 16.32 g 19.25 g 4.20 g | 38.35 g 14.44 g 3.30 g | 24.51 g 40.40 g 11.91 g | 17.40 g 16.34 g 2.66 g |
| Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | | |
| 71.04 g 3.00 g 1.57 g | 63.52 g 3.03 g 3.16 g | 63.21 g 1.80 g 5.52 g | 59.76 g 0.01 g 1.82 g | 64.12 g 4.13 g 5.35 g | 118.81 g 34.98 g 7.06 g | 58.84 g 0.01 g 1.96 g | | |
| 1,3,9,15,(10),(12) | 1,3,7,9 | 1,3,7,9,(6),(12) | 1,7,9 | 1,3,9,(10) | 1,3,7,9,(6),(12) | 1,3,9 | | |
| Uzsonna | Bagolyvár 4-6 éves | Margarinos Korpás kenyér Toast felvágottal | Mogorókrém Kifli | Vanília táska | Magyaros vajkrém Korpás zsemle Jégcsapretekkel | Margarinos Graham kenyér Bécsi felvágottal | Kakaós csiga | Magyaros vajkrém Zsemle |
| | | Energia: 177.69 Kcal / 742.74 KJ | Energia: 216.39 Kcal / 904.51 KJ | Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ | Energia: 215.38 Kcal / 900.29 KJ | Energia: 244.26 Kcal / 1,021.01 KJ | Energia: 191.54 Kcal / 800.64 KJ | Energia: 212.56 Kcal / 888.50 KJ |
| | | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír |
| | | 8.46 g 3.78 g 1.39 g | 5.06 g 6.48 g 0.23 g | 11.71 g 26.46 g 10.07 g | 5.42 g 8.37 g 4.01 g | 8.80 g 8.76 g 3.19 g | 3.17 g 11.76 g 4.03 g | 5.20 g 8.35 g 4.00 g |
| Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | | |
| 27.44 g 0.00 g 0.98 g | 34.20 g 9.60 g 0.41 g | 19.66 g 0.00 g 1.38 g | 29.43 g 3.12 g 0.52 g | 32.46 g 0.00 g 1.93 g | 18.02 g 5.90 g 0.37 g | 28.90 g 0.00 g 0.51 g | | |
| 1,(7) | 1,5,6,7,8 | 1,7,(3),(6),(12) | 1,7 | 1,(7) | 1,7,(3) | 1,7 | | |
| Vacsora | Bagolyvár 4-6 éves | Tea Sajtkrém Félbarna kenyér Párizsival Uborkával | Tea Gyrostál | Tea Sonkás-sajtos kenyér lángos | Tea Bundás kenyér Fokhagymás tejföllel | Ta Natúr vajkrém Kifli Uborkával | Tea Zsíros kenyér Lilahagymával | Tea Vajkrém Korpás kenyér Olasz felvágottal Paradicsommal |
| | | Energia: 316.62 Kcal / 1,323.47 KJ | Energia: 378.64 Kcal / 1,582.72 KJ | Energia: 293.27 Kcal / 1,225.87 KJ | Energia: 282.40 Kcal / 1,180.43 KJ | Energia: 228.38 Kcal / 954.63 KJ | Energia: 294.09 Kcal / 1,229.30 KJ | Energia: 360.05 Kcal / 1,505.01 KJ |
| | | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír | Fehérje Zsír T.Zsír |
| | | 9.63 g 11.97 g 6.11 g | 22.05 g 7.38 g 1.73 g | 10.21 g 6.84 g 2.45 g | 8.80 g 7.63 g 3.52 g | 4.53 g 8.31 g 4.12 g | 6.20 g 10.60 g 3.70 g | 7.90 g 14.66 g 6.17 g |
| Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | | |
| 42.16 g 12.19 g 1.91 g | 54.92 g 10.13 g 0.64 g | 47.39 g 10.34 g 0.96 g | 44.24 g 9.99 g 1.70 g | 33.54 g 12.19 g 0.42 g | 43.04 g 9.99 g 1.20 g | 48.63 g 19.98 g 1.54 g | | |
| 1,7 | 7,(1),(10) | 1,7 | 1,3,7 | 1,7 | 1 | 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-tejte 10-mustár | 13-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófí 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zelle 12-kéndioxid-sz | 15-mesterséges édesítőszer | |
- Quadro Byte Zrt**

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmiszevezető

Oldalak

1/1

2022.11.24 7:25:49 | QB - Élelem