

Heti étlap 2024.12.30. - 2025.01.03.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			
eatrend Tízórai	Óvodás 4-6 éves	Csipkebogyós tea Magyaros vajkrémes Rozskenyér			Tej Zsemle Margarinnal Mézzel			<b>MUNKASZÜNETI NAP</b>			Barackos tea Majonézés tojáskrémés Korpás kenyér Paradicsommal			Kakaó Briós			
		Energia: 312.01 Kcal / 1,304.20 KJ			Energia: 283.68 Kcal / 1,185.78 KJ						Energia: 311.57 Kcal / 1,302.36 KJ			Energia: 274.61 Kcal / 1,147.87 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		6.72 g	9.11 g	8.39 g	11.54 g	5.35 g	2.66 g				6.22 g	10.16 g	2.79 g	10.60 g	6.24 g	2.96 g	
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	50.34 g	19.99 g	0.70 g	47.20 g	8.10 g	0.39 g	48.82 g	19.98 g	1.24 g	43.84 g	15.53 g	0.59 g					
	1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,3,7							
	Ebéd	Óvodás 4-6 éves	Tárkonyos sertésraguleves Pozsonyi kocka			Zöldbableves Stefánia vagdalt Burgonyapürével Gyümölcsnap: Mandarin, Alma						Zöldborsóleves Mézes mustáros sertésragu Párolt rizszel			Vegyes zöldségkrémleves Pírtott kenyérgockával Paprikás burgonya Csemege uborkával		
			Energia: 525.31 Kcal / 2,195.80 KJ			Energia: 565.42 Kcal / 2,363.46 KJ			Energia: 519.15 Kcal / 2,170.05 KJ			Energia: 312.54 Kcal / 1,306.42 KJ					
			Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
			19.20 g	16.30 g	3.26 g	20.11 g	24.92 g	7.26 g	17.20 g	24.74 g	6.09 g	12.26 g	18.83 g	4.64 g			
			Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
75.52 g	24.84 g	1.72 g	63.29 g	0.01 g	3.75 g	57.10 g	2.07 g	2.81 g	45.92 g	0.02 g	3.70 g						
1,3,7,8,9,(5),(12)			1,3,7,9			1,7,9,10,(12)			1,7,9,15,(12)								
Uzsonna	Óvodás 4-6 éves	Helyben sült csokoládékrémes rúd			Margarinos Teljes kiőrlésű kenyér Toast felvágottal Paprikával						Gyümölcs joghurt Kiflivel			Margarinos Korpás zsemle Tavaszi felvágottal Kígyóuborkával			
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 190.21 Kcal / 795.08 KJ			Energia: 275.39 Kcal / 1,151.13 KJ			Energia: 193.54 Kcal / 809.00 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				
		11.71 g	26.46 g	10.07 g	10.30 g	3.09 g	1.05 g	9.35 g	6.07 g	3.23 g	7.02 g	5.30 g	2.32 g				
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				
19.66 g	0.00 g	1.38 g	30.28 g	0.00 g	0.60 g	45.25 g	12.99 g	0.90 g	29.40 g	2.75 g	0.95 g						
1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(7)			1,7			1,(7)								

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

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: [minosegbiztositas@eatrend.hu](mailto:minosegbiztositas@eatrend.hu)

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén	4-hal	7-tejtermék,laktóz	10-mustár	13-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Quadro Byte Zrt

Jó étvágyat kívánunk!

.....  
Élelmezésvezető  
2024.12.16. 6:51:50 | QB - Élelem