


Heti étlap 2025.01.20. - 2025.01.24.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Bölcsis (1-3 év)	Tej Petrezselymes túrókrémes Félbarna kenyér			Tej Sárgarépás sajtvarázskrém Zsemle			Citromos tea Padlizsánkrémes Rozskenyér Paradicsommal			Tej Margarinos Zsemle Tavaszi felvágottal Salátalevéllal			Tej Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával		
		Energia: 300.56 Kcal / 1,256.34 KJ			Energia: 324.35 Kcal / 1,355.78 KJ			Energia: 255.85 Kcal / 1,069.45 KJ			Energia: 302.40 Kcal / 1,264.03 KJ			Energia: 306.73 Kcal / 1,282.13 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.20 g	7.52 g	3.94 g	12.54 g	12.64 g	6.45 g	6.89 g	9.15 g	8.40 g	13.09 g	10.15 g	4.90 g	13.37 g	10.28 g	3.91 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
42.69 g	0.00 g	0.54 g	39.71 g	0.00 g	0.55 g	36.15 g	5.00 g	0.70 g	39.51 g	0.00 g	0.63 g	40.12 g	2.75 g	0.51 g		
1,7			1,7			1,7,(10)			1,7			1,3,7,10,(12)				
Tízórai	Bölcsis (1-3 év)	Alma			Narancs			Mandarin			Alma			Banán		
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 20.71 Kcal / 86.57 KJ			Energia: 23.44 Kcal / 97.98 KJ			Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.30 g	0.10 g	0.00 g	0.35 g	0.15 g	0.00 g	0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.65 g	0.05 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	4.25 g	0.00 g	0.00 g	4.90 g	0.00 g	0.00 g	3.50 g	0.00 g	0.01 g	12.10 g	0.00 g	0.03 g		
Ebéd	Bölcsis (1-3 év)	Kerti zöldség leves Rakott kelkáposzta bulgarral			Gyümölcsleves Petrezselymes sárgarépafőzelék Sertés aprósülttel			Zselici húsos leves gomba nélkül Meggyes kakaós kevert sütemény			Gyümölcsleves Zöldséges-tejszínes halragu Kuskusszal			Csontleves Cérumetéllel Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával		
		Energia: 360.77 Kcal / 1,508.02 KJ			Energia: 337.33 Kcal / 1,410.04 KJ			Energia: 316.42 Kcal / 1,322.64 KJ			Energia: 287.42 Kcal / 1,201.42 KJ			Energia: 376.75 Kcal / 1,574.82 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.63 g	21.10 g	5.57 g	13.68 g	20.61 g	6.03 g	15.65 g	7.58 g	2.27 g	11.99 g	6.93 g	1.39 g	12.58 g	16.69 g	3.94 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27.84 g	0.01 g	3.72 g	23.38 g	7.70 g	1.87 g	46.11 g	14.35 g	0.74 g	43.50 g	2.70 g	0.83 g	43.58 g	10.00 g	2.30 g		
1,7,9			1,7			1,3,7,9			1,4,7			1,3,9				
Uzsonna	Bölcsis (1-3 év)	Tej Borjómájas Teljes kiőrlésű kenyér Paprikával			Csipkebogyós tea Margarinos Kifli Sárgabaracklekvárral			Tej Házi pulykahúskrém Félbarna kenyérral			Actimel Kiflivel			Csoki puding Zsemlelével		
		Energia: 319.51 Kcal / 1,335.55 KJ			Energia: 216.74 Kcal / 905.97 KJ			Energia: 321.14 Kcal / 1,342.37 KJ			Energia: 275.39 Kcal / 1,151.13 KJ			Energia: 136.60 Kcal / 570.99 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		14.66 g	10.47 g	4.59 g	3.94 g	2.31 g	1.00 g	15.39 g	9.86 g	4.93 g	9.35 g	6.07 g	3.23 g	4.70 g	0.35 g	0.13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
41.29 g	0.00 g	0.48 g	44.93 g	21.22 g	0.47 g	42.33 g	0.00 g	0.36 g	45.25 g	12.99 g	0.90 g	28.50 g	0.00 g	0.06 g		
1,7,(6),(10)			1,(7),(12)			1,7,10,(12)			1,7			1				

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

5-földimogyoró

7-tejtermék,laktóz

9-zeller

11-szezámm

13-csillagfűrt

15-mesterséges édesítőszer

2-rák

4-hal

6-szója

8-diófélék

10-mustár

12-kén-dioxid-szulfit

14-puhatestűek

16-édesgyökér

Quadro Byte Zrt

1/1
Oldalak

.....
Élelmiszevizető

2025.01.13. 9:54:18 | QB - Élelem