


Heti étlap 2025.01.27. - 2025.01.31.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvodás (4-6 év)	Meggyes tea Margarinos Félbarna kenyér Soproni felvágottal Salátalevéllal			Ivólé Eatrendes tepertőkrémes Graham kenyér Paprikával			Erdei gyümölcsös tea Sült zöldségkrémes Korpás kenyér			Kakaó Sokmagvas sajtkrémes Kifli			Vaníliás tejtal Brüssal		
		Energia: 280.64 Kcal / 1,173.08 Kj			Energia: 271.78 Kcal / 1,136.04 Kj			Energia: 223.08 Kcal / 932.47 Kj			Energia: 320.51 Kcal / 1,339.73 Kj			Energia: 202.01 Kcal / 844.40 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.73 g	8.78 g	3.37 g	8.27 g	11.52 g	4.16 g	4.54 g	5.46 g	2.43 g	12.01 g	10.70 g	5.87 g	6.71 g	3.91 g	2.02 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
41.49 g	9.99 g	0.90 g	33.45 g	0.00 g	1.25 g	38.65 g	10.02 g	1.49 g	43.83 g	10.00 g	0.89 g	34.24 g	16.54 g	0.41 g		
1,(7)			1,3,7,10,(12)			1,7,9			1,7,11			1,3,7				
Ebéd	Óvodás (4-6 év)	Tárkonyos sertésraguleves Almás-fahéjas gombóc Porcukor szóráttal			Zöldséges lencseleves Pusztapörkölt Céklasalátával Gyümölcsnap: Mandarin, Alma			Vajgaluskaleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal			Almás szilvaleves Rántott halfilé Párolt rizzzel Házi vitaminsaláta			Bakonyi betyárleves Spenótfőzelék Főtt tojással Főtt burgonyával		
		Energia: 838.84 Kcal / 3,506.35 Kj			Energia: 636.44 Kcal / 2,660.32 Kj			Energia: 525.84 Kcal / 2,198.01 Kj			Energia: 1,028.99 Kcal / 4,301.18 Kj			Energia: 419.53 Kcal / 1,753.64 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		20.77 g	42.24 g	12.14 g	25.43 g	22.42 g	6.18 g	24.34 g	22.93 g	7.98 g	20.36 g	69.79 g	10.32 g	19.58 g	20.55 g	4.35 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
93.20 g	35.00 g	3.24 g	80.82 g	3.20 g	1.79 g	54.77 g	1.54 g	6.29 g	79.00 g	9.39 g	2.19 g	38.15 g	0.01 g	2.14 g		
1,7,9,(3),(6),(12)			1,7,10,15,(12)			1,3,7,9,(6),(12)			1,3,4,7,10,(12)			1,3,7,9				
Uzsonna	Óvodás (4-6 év)	Korpás kifli Sonkás kockasajttal			Margarinos Zsemle Szendvics sonkával			Helyben sült kakaós csiga			Margarinos Rozskenyér Bécsi felvágottal Kígyóborkával			SONGOKU pizzaszület Zabrudai		
		Energia: 186.28 Kcal / 778.65 Kj			Energia: 179.90 Kcal / 751.98 Kj			Energia: 191.54 Kcal / 800.64 Kj			Energia: 241.66 Kcal / 1,010.14 Kj			Energia: 278.10 Kcal / 1,162.46 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.68 g	5.77 g	3.04 g	9.14 g	2.63 g	1.14 g	3.17 g	11.76 g	4.03 g	9.05 g	9.27 g	7.90 g	15.95 g	10.94 g	4.82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
24.68 g	0.00 g	1.12 g	29.90 g	0.00 g	0.58 g	18.02 g	5.90 g	0.37 g	30.43 g	2.75 g	1.61 g	28.81 g	3.03 g	1.79 g		
1,7			1,(7)			1,7,(3)			1,(7)			1,3,7				

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-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

Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmiszevezető
 2025.01.20. 8:10:09 | QB - Élelem