


Heti étlap 2025.02.17. - 2025.02.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Reggeli</b>	<b>Bölcsis (1-3 év)</b>	Kakaó Kiflivel			Tej Tojáskrémes Félbarna kenyér Lilahagymával			Tej Gabonagolyóval			Meggyes tea Sült paprikakrémes Zsemle Paradicsommal			Tejeskávé Daráltlenmagos sajtkrémes Teljes kiőrlésű kenyér Paprikával		
		Energia: 232.22 Kcal / 970.68 KJ			Energia: 204.94 Kcal / 856.65 KJ			Energia: 194.56 Kcal / 813.26 KJ			Energia: 228.85 Kcal / 956.59 KJ			Energia: 289.69 Kcal / 1,210.90 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		9.05 g	4.50 g	2.39 g	4.97 g	10.34 g	1.47 g	8.34 g	5.72 g	3.06 g	5.50 g	7.22 g	3.43 g	10.45 g	12.78 g	6.93 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
38.76 g	7.99 g	0.58 g	22.72 g	0.00 g	0.05 g	27.20 g	0.00 g	0.69 g	35.14 g	5.00 g	0.46 g	32.90 g	5.00 g	0.47 g		
1,7		1,3,10,(7),(12)			7,(1),(3),(5)			1,7			1,7					
<b>Tízórai</b>	<b>Bölcsis (1-3 év)</b>	Alma			Banán			Mandarin			Banán			Mandarin		
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ			Energia: 23.44 Kcal / 97.98 KJ			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ			Energia: 23.44 Kcal / 97.98 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.65 g	0.05 g	0.00 g	0.35 g	0.15 g	0.00 g	0.65 g	0.05 g	0.00 g	0.35 g	0.15 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	12.10 g	0.00 g	0.03 g	4.90 g	0.00 g	0.00 g	12.10 g	0.00 g	0.03 g	4.90 g	0.00 g	0.00 g		
1,7		1,3,7			1,3,7			1,7			1,7,9					
<b>Ebéd</b>	<b>Bölcsis (1-3 év)</b>	Gyümölcsle Rakott kel			Vegyes gyümölcsleves Sonkafelfújt Burgonyapürével Uborkasalátával			Gyümölcsle Zöldbabfőzelék Stefánia pulykavagdallal			Gyümölcsle Petrezselymes sárgarépa-főzelék Sertés aprósülttel			Tárkonyos csirke raguleves Tejbedara Kakaó szóráttal		
		Energia: 275.97 Kcal / 1,153.55 KJ			Energia: 392.49 Kcal / 1,640.61 KJ			Energia: 277.33 Kcal / 1,159.24 KJ			Energia: 262.91 Kcal / 1,098.96 KJ			Energia: 314.42 Kcal / 1,314.28 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		14.66 g	9.10 g	2.31 g	19.47 g	13.45 g	5.92 g	16.41 g	10.19 g	2.08 g	15.76 g	11.45 g	2.82 g	15.48 g	8.19 g	3.66 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33.26 g	2.70 g	2.22 g	48.46 g	11.78 g	1.78 g	30.16 g	4.20 g	1.30 g	23.44 g	7.70 g	0.61 g	45.35 g	16.00 g	1.54 g		
1,7		1,3,7			1,3,7			1,7			1,7,9					
<b>Uzsonna</b>	<b>Bölcsis (1-3 év)</b>	Citromos tea Zöldfűszeres túrókrémes Teljes kiőrlésű kenyér Paprikával			Tej Kifli Kockasajttal			Erdei gyümölcsös tea Szendvics sonkás Rozskenyér Margarinnal Kígyóborkával			Tej Helyben sült kakaós csiga			Epres tea Körözöttes Zsemle		
		Energia: 145.43 Kcal / 607.90 KJ			Energia: 305.16 Kcal / 1,275.57 KJ			Energia: 215.28 Kcal / 899.87 KJ			Energia: 284.40 Kcal / 1,188.79 KJ			Energia: 186.08 Kcal / 777.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		6.65 g	1.92 g	0.75 g	14.74 g	12.13 g	6.86 g	9.74 g	3.34 g	5.69 g	8.61 g	14.37 g	5.38 g	7.18 g	2.04 g	1.05 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
25.22 g	5.00 g	0.37 g	33.90 g	0.00 g	1.34 g	36.43 g	7.75 g	1.12 g	29.80 g	8.72 g	0.55 g	34.46 g	5.00 g	0.47 g		
1,7		1,7			1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			1,7					

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

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

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

Oldalak

.....

Élelmésvetető

2025.02.10. 9:58:52 | QB - Élelem