



Heti étlap 2025.02.24. - 2025.02.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Reggeli	Bölcsis (1-3 év)	Tej Áttört vöröslencsekrémes Félbarna kenyér			Tej Magyaros vajkrémes Rozskenyér Lilahagymával			Vaníliás tej Vajas molnárka			Citromos tea Tonhalkrémes Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával			Meggyes tea Margarinos Korpás kenyér Főtt tojással		
		Energia: 290.61 Kcal / 1,214.75 KJ			Energia: 358.91 Kcal / 1,500.24 KJ			Energia: 292.42 Kcal / 1,222.32 KJ			Energia: 398.75 Kcal / 1,666.78 KJ			Energia: 220.84 Kcal / 923.11 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.75 g	12.07 g	6.07 g	13.60 g	14.70 g	11.43 g	10.70 g	9.19 g	4.34 g	5.18 g	30.68 g	6.51 g	9.41 g	7.17 g	2.14 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33.48 g	0.00 g	0.33 g	42.60 g	0.00 g	0.93 g	41.37 g	5.40 g	0.79 g	24.94 g	8.15 g	0.14 g	29.60 g	2.00 g	0.90 g		
1,7,10,(12)			1,7			1,3,7			1,3,4,7,10			1,3,(7)				
Tízórai	Bölcsis (1-3 év)	Mandarin			Banán			Alma			Mandarin			Alma		
		Energia: 23.44 Kcal / 97.98 KJ			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ			Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 23.44 Kcal / 97.98 KJ			Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.35 g	0.15 g	0.00 g	0.65 g	0.05 g	0.00 g	0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.35 g	0.15 g	0.00 g	0.20 g	0.20 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
4.90 g	0.00 g	0.00 g	12.10 g	0.00 g	0.03 g	3.50 g	0.00 g	0.01 g	4.90 g	0.00 g	0.00 g	3.50 g	0.00 g	0.01 g		
Ebéd	Bölcsis (1-3 év)	Gyümölcslé Párolt sertéshús Sóskamártással Főtt burgonyával			Erőleves Zöldborsófőzelék Daráltlenmagos csirkefasírttal			Csurgatott tojásleves Tejszínes csirkeragu Párolt bulgurral			Gyümölcslé Cukkini főzelék Párolt csirkemájjal Félbarna kenyérral			Pulykagulyás Barackos piskóta		
		Energia: 309.52 Kcal / 1,293.79 KJ			Energia: 317.04 Kcal / 1,325.23 KJ			Energia: 352.88 Kcal / 1,475.04 KJ			Energia: 288.74 Kcal / 1,206.93 KJ			Energia: 589.43 Kcal / 2,463.82 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.59 g	15.11 g	3.36 g	17.84 g	14.93 g	2.71 g	18.97 g	12.22 g	2.47 g	18.41 g	7.82 g	1.93 g	16.61 g	15.33 g	3.39 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.26 g	7.71 g	0.47 g	28.27 g	1.50 g	0.48 g	43.74 g	0.00 g	0.24 g	35.60 g	3.30 g	0.23 g	95.80 g	37.07 g	0.62 g		
1,7,(10)			1,3,7,9			1,3,7			1,7			1,3,7,9				
Uzsonna	Bölcsis (1-3 év)	Almás-fahéjas tea Májkrémes Zsemle Kígyóborkával			Barackos joghurt Kiflivel			Citromos tea Margarinos Félbarna kenyér Sajt szelettel Salátalevéellel			Tej Kifli Vaníliás krémtúróval			Tej Csirkemellsonkás Zsemle Margarinnal Paprikával		
		Energia: 212.41 Kcal / 887.87 KJ			Energia: 275.39 Kcal / 1,151.13 KJ			Energia: 212.75 Kcal / 889.30 KJ			Energia: 264.09 Kcal / 1,103.90 KJ			Energia: 295.95 Kcal / 1,237.07 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.08 g	4.47 g	1.83 g	9.35 g	6.07 g	3.23 g	9.33 g	7.76 g	4.40 g	13.11 g	7.63 g	4.06 g	14.35 g	8.45 g	4.21 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
35.74 g	7.75 g	0.24 g	45.25 g	12.99 g	0.90 g	26.32 g	5.00 g	0.46 g	35.43 g	1.30 g	0.65 g	40.48 g	0.00 g	0.67 g		
1,(6),(7),(10)			1,7			1,7			1,7,(12)			1,7				

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
2-rák 4-hal

5-földimogyoró
6-szója

7-tejtermék,laktóz
8-diófélék

9-zeller 11-szszám
10-mustár 12-kávé

13-csillagfűrt
14-puhatestűek

15-mesterséges édesítőszer
16-édesgyökér

.....
Élelmezésvezető