


Heti étlap 2025.02.24. - 2025.02.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvodás (4-6 év)</b>	Csipkebogyó tea Mézes Félbarna kenyér Margarinnal			Tej Magyaros vajkrémes Rozskenyér Paprikával			Kakaó Vajas molnárka			Citromos tea Padlizsánkrémes Rozskenyér Kígyóborkával Sárgabarackos zabrudi			Meggyes tea Margarinos Korpás kenyér Főtt tojáskarikákkal		
		Energia: 286.79 Kcal / 1,198.78 Kj			Energia: 332.38 Kcal / 1,389.35 Kj			Energia: 324.94 Kcal / 1,358.25 Kj			Energia: 314.69 Kcal / 1,315.40 Kj			Energia: 220.19 Kcal / 920.39 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.08 g	2.63 g	1.08 g	13.66 g	12.16 g	10.02 g	12.58 g	8.01 g	3.70 g	6.94 g	9.14 g	8.58 g	6.71 g	4.77 g	1.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
59.48 g	28.09 g	0.06 g	41.69 g	0.00 g	0.97 g	50.39 g	12.39 g	0.89 g	50.76 g	22.73 g	0.71 g	37.48 g	9.99 g	0.83 g		
1,(7)			1,7			1,3,7			1,7,(10)			1,3,(7)				
<b>Ebéd</b>	<b>Óvodás (4-6 év)</b>	Almás zellerkrémleves Levesgyönggyel Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Erőleves Zöldborsó főzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérral Gyümölcsnap: Alma, Kivi			Karfioleves Pírtott kenyérbúzával Rántott hal Zöldséges rizzsel			Sajtgaleves Vadas sertésragu Szarvacska tésztával			Lencseleves Farsangi fánk Baracklékvárral Porcukorral		
		Energia: 582.39 Kcal / 2,434.39 Kj			Energia: 494.79 Kcal / 2,068.22 Kj			Energia: 740.20 Kcal / 3,094.04 Kj			Energia: 545.09 Kcal / 2,278.48 Kj			Energia: 764.29 Kcal / 3,194.73 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		25.55 g	25.51 g	9.50 g	16.00 g	12.32 g	1.54 g	23.59 g	35.17 g	4.55 g	23.37 g	23.94 g	6.84 g	20.60 g	35.71 g	6.45 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
62.37 g	1.81 g	5.88 g	78.14 g	12.05 g	0.91 g	73.55 g	0.02 g	2.35 g	58.83 g	0.54 g	6.22 g	89.48 g	16.82 g	1.45 g		
1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,9			1,3,4,9			1,3,7,9,10,(12)			1,3,7,10,(12)				
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvodás (4-6 év)</b>	Kenőmájjas Korpás kifli Kígyóborkával			Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal			Margarinos Teljes kiőrlésű kenyér Sajt szelettel Salátalevéllal			Helyben sült rácsos túros táska Alma			Diákcsemegés Zsemle Margarinnal Paprikával		
		Energia: 198.35 Kcal / 829.10 Kj			Energia: 220.86 Kcal / 923.19 Kj			Energia: 230.26 Kcal / 962.49 Kj			Energia: 360.18 Kcal / 1,505.55 Kj			Energia: 187.82 Kcal / 785.09 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.25 g	6.22 g	2.28 g	7.44 g	8.51 g	3.32 g	10.84 g	8.06 g	4.32 g	9.57 g	19.06 g	5.70 g	6.52 g	4.95 g	1.94 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27.13 g	2.75 g	0.79 g	28.56 g	0.00 g	0.96 g	28.52 g	0.00 g	0.54 g	36.87 g	0.00 g	1.48 g	29.28 g	0.00 g	0.44 g		
1,(6),(7),(10)			1,(7)			1,7			1,3,6,7,(8),(11),(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  
2-rák 4-hal

5-földimogyoró 6-szója

7-tejtermék,laktóz 8-diófélék

9-zeller 11-szszám 10-mustár 12-kávé

13-csillagfürt 14-puhatestűek

15-mesterséges édesítőszer 16-édesgyökér

Élelmezésvetető

Quadro Byte Zrt

Oldalak

2025.02.17. 10:30:32 | QB - Élelem