


Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvodás (4-6 év)</b>	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér Paradicsommal			Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrémes Korpás kenyér			Tej Mézes Korpás kifli Margarinnal			Csipkebogyós tea Kenőmájasos Rozskenyér Salátalevéllel			Barackos tea Margarinos Korpás kenyér Főtt tojáskarikákkal Salátalevéllel		
		Energia: 350.05 Kcal / 1,463.21 KJ			Energia: 255.71 Kcal / 1,068.87 KJ			Energia: 273.11 Kcal / 1,141.60 KJ			Energia: 305.84 Kcal / 1,278.41 KJ			Energia: 263.50 Kcal / 1,101.43 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7.15 g	9.20 g	8.40 g	4.83 g	9.15 g	3.40 g	12.18 g	5.77 g	2.60 g	8.92 g	6.54 g	6.54 g	7.20 g	4.87 g	1.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
59.14 g	27.98 g	0.70 g	38.09 g	10.40 g	0.72 g	42.98 g	8.10 g	0.89 g	52.41 g	19.99 g	0.92 g	47.54 g	19.98 g	0.83 g		
1,7			1,3,4,7,10			1,7			1,(6),(7),(10)			1,3,(7)				
<b>Ebéd</b>	<b>Óvodás (4-6 év)</b>	Cheddaros sajtkréMLEves Nachosszal Tavaszi sertésragu Párolt rizszel Alma			Lebbencsleves Túrós-barackos rakott tészta Gyümölcsnap: Alma, Körte			Zöldséges karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejbegríz Kakaó szórattal			Kertészleves Bakonyi sertésszelet Orsó tésztával		
		Energia: 563.51 Kcal / 2,355.47 KJ			Energia: 609.76 Kcal / 2,548.80 KJ			Energia: 398.82 Kcal / 1,667.07 KJ			Energia: 480.10 Kcal / 2,006.82 KJ			Energia: 658.49 Kcal / 2,752.49 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		17.49 g	28.13 g	9.17 g	19.81 g	11.45 g	4.83 g	13.38 g	18.14 g	4.45 g	18.50 g	9.68 g	2.91 g	39.30 g	33.06 g	8.81 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.18 g	0.04 g	1.53 g	105.46 g	29.98 g	1.50 g	44.90 g	8.01 g	1.43 g	79.60 g	34.46 g	1.23 g	50.12 g	0.01 g	5.95 g		
1,7,(3),(6),(10),(11)			1,3,7			1,3,9			1,7			1,3,7,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvodás (4-6 év)</b>	Kifli Kockasajttal			Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Paprikával			Szendvics sonkás Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóborkával			Helyben sült sonkás-kukoricás pizzaszelet			Helyben sült kakaós csiga		
		Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ			Energia: 201.44 Kcal / 842.02 KJ			Energia: 201.42 Kcal / 841.94 KJ			Energia: 274.22 Kcal / 1,146.24 KJ			Energia: 163.83 Kcal / 684.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7.94 g	6.53 g	3.82 g	7.38 g	6.07 g	2.41 g	10.57 g	2.91 g	1.38 g	15.36 g	10.92 g	4.81 g	1.81 g	8.77 g	2.34 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
23.30 g	0.00 g	1.11 g	29.29 g	0.00 g	0.58 g	33.21 g	0.11 g	0.53 g	28.48 g	4.48 g	1.79 g	19.20 g	10.04 g	0.32 g		
1,7			1,(7)			1,(7)			1,3,7			1,7,(3),(6),(12)				

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-csillagfűrt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűék	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges élesztőszer	
Quadro Byte Zrt			Oldalak		

Jó étvágyat kívánunk!

.....  
 Élelmézésvezető  
 2025.03.25. 7:21:23 | QB - Élelem