

Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Bölcsis (1-3 év)	Tejeskávé Kiflivel			Barackos tea Zöldfűszeres borjúmájásos Korpás kenyér Uborkával			Ünnepnap			Citromos tea Sonkakrémes Graham kenyér			Tej Fatörzs kiflivel		
		Energia: 240.03 Kcal / 1,003.33 KJ			Energia: 267.08 Kcal / 1,116.39 KJ						Energia: 283.77 Kcal / 1,186.16 KJ			Energia: 386.54 Kcal / 1,615.74 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.87 g	4.48 g	2.38 g	6.66 g	4.54 g	1.66 g				7.90 g	6.66 g	2.85 g	13.80 g	11.85 g	5.61 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
40.78 g	9.99 g	0.58 g	49.51 g	22.18 g	0.88 g				47.70 g	14.99 g	1.10 g	55.72 g	10.75 g	0.85 g		
1,7		1,(6),(7),(10)						1,7			1,3,7					
Tízórai	Bölcsis (1-3 év)	Alma			Banán						Banán			Alma		
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ						Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ			Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.65 g	0.05 g	0.00 g				0.65 g	0.05 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
3.50 g	0.00 g	0.01 g	12.10 g	0.00 g	0.03 g				12.10 g	0.00 g	0.03 g	3.50 g	0.00 g	0.01 g		
1,9		1,3,9						1,7,9			1,3,7,15,(12)					
Ebéd	Bölcsis (1-3 év)	Magyaros karfiolleves Erdélyi tokány Párolt rizzsel			Tavaszi zöldségleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával						Zöldbableves Cukkinifőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérrrel Narancs			Erdei gyümölcsleves Rántott csirkemell Újhagymás törtburgonyával Céklasalátával		
		Energia: 282.16 Kcal / 1,179.43 KJ			Energia: 359.56 Kcal / 1,502.96 KJ						Energia: 430.15 Kcal / 1,798.03 KJ			Energia: 678.13 Kcal / 2,834.58 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.02 g	9.41 g	1.86 g	11.38 g	17.62 g	4.09 g				18.98 g	19.28 g	3.59 g	19.10 g	33.45 g	5.31 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
36.03 g	0.00 g	1.58 g	38.40 g	10.00 g	2.49 g				44.23 g	0.61 g	1.26 g	73.59 g	15.39 g	1.85 g		
1,9		1,3,9						1,7,9			1,3,7,15,(12)					
Uzsonna	Bölcsis (1-3 év)	Meggyes tea Margarinos Rozskenyér Sonka szelettel Paprikával			Tej Zöldfűszeres kockasajt Zsemlével						Tej Helyben sült vaníliakrémes táska			Barackos tea Margarinos Korpás zsemle Főtt tojáskarikákkal Jégcsapretekkel		
		Energia: 239.97 Kcal / 1,003.07 KJ			Energia: 294.55 Kcal / 1,231.22 KJ						Energia: 485.90 Kcal / 2,031.06 KJ			Energia: 273.40 Kcal / 1,142.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.76 g	4.22 g	5.78 g	14.67 g	8.10 g	4.34 g				18.51 g	32.06 g	13.11 g	8.14 g	4.87 g	1.66 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
40.60 g	9.99 g	0.93 g	40.30 g	0.00 g	0.48 g				30.26 g	0.00 g	1.61 g	49.15 g	23.10 g	0.65 g		
1,(7)		1,7						1,7,(3),(6),(12)			1,3,(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-kálium

13-csillagfürt 14-puhatestűek

15-mesterséges édesítőszer 16-édesgyökér

Élelmezésvezető