

Heti étlap 2024.07.29. - 2024.08.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvodás 4-6 éves</b>	Limonádé Margarinos Rozskenyér Fokhagymás felvágottal Paradicsommal	Vaníliás tej Kiflivel	Narancsos limonádé Margarinos Korpás kenyér Sertés párizsival Salátalevéellel	Barackos tea Tonhalkrém Félbarna kenyér Paprikával	Tej Margarinos Félbarna kenyér Baracklekvárral	Limonádé Kenőmájás Korpás kenyérral Uborkával
		Energia: 269.57 Kcal / 1,126.80 KJ	Energia: 249.09 Kcal / 1,041.20 KJ	Energia: 217.04 Kcal / 907.23 KJ	Energia: 354.77 Kcal / 1,482.94 KJ	Energia: 298.45 Kcal / 1,247.52 KJ	Energia: 227.26 Kcal / 949.95 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		9.03 g 9.32 g 7.72 g	10.57 g 3.28 g 1.73 g	6.41 g 6.02 g 2.28 g	7.35 g 12.72 g 3.14 g	12.73 g 5.60 g 2.71 g	6.83 g 5.84 g 2.17 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
37.02 g 5.99 g 1.60 g	44.02 g 9.99 g 0.68 g	34.16 g 6.10 g 1.22 g	52.19 g 19.98 g 0.03 g	49.11 g 6.23 g 0.33 g	36.34 g 8.19 g 0.93 g		
1,(7)	1,7	1,(7)	1,3,4,7,10	1,7,(12)	1,(6),(7),(10)		
<b>Ebéd</b>	<b>Óvodás 4-6 éves</b>	Tejfölös zöldborsóleves Spenótos-sonkás rakott tészta	Hamis gulyásleves Sárgaborsófőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral Gyümölcsnap: Görögdinnye, Banán	Májgaluska leves Dejós tészta	Vegyes gyümölcsleves Hentes sertésragu Párolt rizszel	Erőleves Cérnamentélttel Mexikói húsos babragu Félbarna kenyérral	Vajgaluska leves Paraj főzelék Főtt tojással Főtt burgonyával
		Energia: 516.17 Kcal / 2,157.59 KJ	Energia: 638.16 Kcal / 2,667.51 KJ	Energia: 346.74 Kcal / 1,449.37 KJ	Energia: 559.40 Kcal / 2,338.29 KJ	Energia: 529.43 Kcal / 2,213.02 KJ	Energia: 334.56 Kcal / 1,398.46 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		30.08 g 21.19 g 6.26 g	28.04 g 23.18 g 4.11 g	12.66 g 5.74 g 0.51 g	16.12 g 24.59 g 6.99 g	26.04 g 17.74 g 4.38 g	13.68 g 15.05 g 3.10 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
51.10 g 0.04 g 3.97 g	77.72 g 0.12 g 0.73 g	61.62 g 10.52 g 4.49 g	69.49 g 12.99 g 1.87 g	65.76 g 0.00 g 1.91 g	35.30 g 0.01 g 1.84 g		
1,3,7,9	1,9,(3),(6),(7),(12)	1,3,8,9,(5)	1,7,15,(12)	1,3,9	1,3,7,9		
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvodás 4-6 éves</b>	Helyben sült meggyes párna	Margarinos Graham kenyér Mátrai diákcsemegével Uborkával	Margarinos Zsemle Csirkemellsonkával	Puding Korpás kiflivel	Helyben sült sajtkrém rúd Alma	Helyben sült vaníliakrém rúd
		Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ	Energia: 195.67 Kcal / 817.90 KJ	Energia: 176.01 Kcal / 735.72 KJ	Energia: 295.05 Kcal / 1,233.31 KJ	Energia: 184.87 Kcal / 772.76 KJ	Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		3.78 g 18.27 g 4.87 g	8.38 g 3.44 g 1.34 g	8.10 g 2.91 g 1.21 g	10.13 g 6.42 g 3.19 g	8.23 g 2.55 g 3.61 g	11.71 g 26.46 g 10.07 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
39.98 g 18.16 g 0.67 g	32.76 g 2.20 g 1.43 g	29.34 g 0.00 g 0.55 g	48.84 g 19.48 g 0.67 g	37.48 g 0.00 g 1.70 g	19.66 g 0.00 g 1.38 g		
1,7,(3),(6),(12)	1,(7)	1,(7)	1,7	1,7	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-tejte 10-mustár       | 13-csillagfürt             | 16-édesgyökér |
| 2-rák    | 5-földimogyoró | 8-diófí 11-szezámm      | 14-puhatestűek             |               |
| 3-tojás  | 6-szója        | 9-zelle 12-kéndioxid-sz | 15-mesterséges édesítőszer |               |

**Jó étvágyat kívánunk!**

Élelmezésvezető

Quadro Byte Zrt

Oldalak

1/1

2024.07.25. 7:50:24 | QB - Élelem