


Heti étlap 2025.01.20. - 2025.01.24.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b> Tízórai	(30061) Isaszeg Gábor Dénes Óvoda	Tej Mézes Félbarna kenyér Margarinnal Alma			Erdei gyümölcsös tea Sárgarépás sajtvarázskrém Rozskenyér Narancs			Citromos tea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér Mandarin			Csipkebogyós tea Tavaszi felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Salátalevéllal Alma			Barackos tea Körözöttes Korpás zsemle Kigyóborkával Banán		
		Energia: 323.13 Kcal / 1,350.68 KJ			Energia: 287.64 Kcal / 1,202.34 KJ			Energia: 345.18 Kcal / 1,442.85 KJ			Energia: 285.93 Kcal / 1,195.19 KJ			Energia: 315.59 Kcal / 1,319.17 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.96 g	5.84 g	2.71 g	7.56 g	7.91 g	4.52 g	6.69 g	10.56 g	3.88 g	6.45 g	5.56 g	2.00 g	8.88 g	2.16 g	1.20 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor				
Só			Só			Só			Só			Só				
54.28 g			45.66 g			10.00 g			0.70 g			64.49 g				
1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,(7)			1,7				
Ebéd	(30061) Isaszeg Gábor Dénes Óvoda	Kerti zöldségleves Carbonara spagetti Reszelt sajttal			Reszelt tésztaleves Burgonyafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral			Zselici húsos leves Félbarna kenyérral Tejbedara Kakaó szórattal Alma			Francia hagymaleves Pírtott kenyérkockával Mediterrán sertésragu Spanyol rizszel			Csontleves Cérumetéllel Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával Félbarna kenyérral		
		Energia: 484.79 Kcal / 2,026.42 KJ			Energia: 452.09 Kcal / 1,889.74 KJ			Energia: 465.50 Kcal / 1,945.79 KJ			Energia: 591.67 Kcal / 2,473.18 KJ			Energia: 520.55 Kcal / 2,175.90 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		27.47 g	18.83 g	7.02 g	18.31 g	15.50 g	5.29 g	18.57 g	6.44 g	2.58 g	17.40 g	29.43 g	1.44 g	17.85 g	18.24 g	4.45 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor				
Só			Só			Só			Só			Só				
51.15 g			58.74 g			0.00 g			1.21 g			83.17 g				
1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)			1,3,7			1,7,9			1,7,9,(10)			1,3,9				
Uzsonna	(30061) Isaszeg Gábor Dénes Óvoda	Paprikás szalámis Korpás zsemle Margarinnal Paprikával			Helyben sült meggyes táska			Sertés párizsis Zsemle Margarinnal			Helyben sült sajtkrém rúd			Kifli Csoki pudinggal		
		Energia: 208.22 Kcal / 870.36 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 196.54 Kcal / 821.54 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.96 g	7.01 g	2.64 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	7.08 g	5.99 g	2.41 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor				
Só			Só			Só			Só			Só				
29.28 g			39.98 g			18.16 g			0.67 g			28.54 g				
1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,7			1,(7)				

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-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

**Eatrend Kft.**  
 Jó étvágyat kívánunk!  
 2750 Ábrahám Pál utca 13.  
 Csornán

Élelmezésvezető