


Heti étlap 2024.07.08. - 2024.07.12.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Gábor Dénes Óvoda 4-6 éves	Puncsos tej Kiflivel Görögdinnye			Erdei gyümölcsös limonádé Füstölt sonkkrémes Félbarna kenyér Alma			Barackos tea Körözöttes Korpás kenyér Nektarin			Limonádé Snidlinges sajtkrémes Rozskenyér Paprikával Alma			Tej Mogyorókrémes Félbarna kenyér Görögdinnye		
		Energia: 291.34 Kcal / 1,217.80 KJ			Energia: 299.18 Kcal / 1,250.57 KJ			Energia: 325.05 Kcal / 1,358.71 KJ			Energia: 312.69 Kcal / 1,307.04 KJ			Energia: 396.70 Kcal / 1,658.21 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.17 g	3.52 g	1.73 g	8.39 g	7.24 g	3.04 g	8.50 g	2.77 g	0.88 g	8.03 g	9.48 g	9.10 g	14.58 g	10.04 g	1.94 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
53.04 g	10.03 g	0.69 g	49.24 g	5.99 g	0.24 g	66.07 g	19.98 g	1.11 g	47.66 g	5.99 g	0.96 g	61.18 g	9.60 g	0.28 g		
1,7			1,7,(3),(6),(10),(11)			1,7			1,7			1,5,6,7,8				
Ebéd	Gábor Dénes Óvoda 4-6 éves	Tárkonyos sertésraguleves Burgonyás tészta Csemege uborkával			Rántott leves Pírtott kenyérkockával Stroganoff sertésragu Párolt rizszel			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérrrel Tejbedara Kakaó szóráttal Alma			Francia hagymaleves Zöldbabfőzelék Stefánia vagdalttal Félbarna kenyérrrel			Kertészleves Bakonyi sertésragu Orsó tésztával		
		Energia: 370.44 Kcal / 1,548.44 KJ			Energia: 444.60 Kcal / 1,858.43 KJ			Energia: 500.97 Kcal / 2,094.05 KJ			Energia: 496.16 Kcal / 2,073.95 KJ			Energia: 447.82 Kcal / 1,871.89 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.48 g	11.32 g	2.01 g	14.62 g	17.47 g	4.75 g	18.74 g	9.92 g	2.91 g	20.27 g	26.04 g	8.44 g	21.52 g	18.82 g	5.49 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
53.65 g	0.01 g	2.83 g	56.77 g	0.02 g	1.91 g	83.80 g	34.46 g	1.24 g	44.78 g	0.00 g	2.24 g	47.56 g	0.01 g	4.98 g		
1,7,9,15,(3),(12)			1,7,9,10,15,(12)			1,7			1,3,7			1,3,7,9				
Uzsonna	Gábor Dénes Óvoda 4-6 éves	Soproni felvágottas Margarinos Graham kenyér Paprikával			Csokoládékrémes rúd			Paprikás szalámis Margarinos Zsemle Uborkával			Poharas puding Korpás kiflivel			Zala felvágottas Margarinos Korpás zsemle Jégcsapretekkel		
		Energia: 248.18 Kcal / 1,037.39 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 205.67 Kcal / 859.70 KJ			Energia: 126.03 Kcal / 526.81 KJ			Energia: 197.48 Kcal / 825.47 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.04 g	8.82 g	3.19 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	6.86 g	6.95 g	2.79 g	5.34 g	0.77 g	0.07 g	7.65 g	5.56 g	2.21 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33.06 g	0.00 g	1.93 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	28.87 g	2.20 g	0.53 g	24.28 g	0.00 g	0.56 g	29.26 g	3.12 g	0.98 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(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 | |

