


Heti étlap 2024.07.15. - 2024.07.19.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			
 Reggeli	Bölcsőde 1-3 éves	Tej Sajt szelet Teljes kiőrlésű kenyérrrel Margarinnal Paprikával			Tej Pulykamell sonkás Zsemle Margarinnal Salátalevéllal			Barackos tea Padlizsánkrémes Félbarna kenyér			Tej Tojáskrémes Rozskenyér Uborkával			Kakaó Kifli			
		Energia: 354.34 Kcal / 1,481.14 KJ			Energia: 291.46 Kcal / 1,218.30 KJ			Energia: 330.92 Kcal / 1,383.25 KJ			Energia: 381.07 Kcal / 1,592.87 KJ			Energia: 310.28 Kcal / 1,296.97 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		17.84 g	13.71 g	7.36 g	14.09 g	8.38 g	4.21 g	6.98 g	10.32 g	4.02 g	14.72 g	16.37 g	10.56 g	10.88 g	9.21 g	4.35 g	
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só		
39.67 g			0.00 g			0.77 g			39.78 g			0.00 g			0.67 g		
1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,3,7,10,(12)			1,3,7			1,3,7		
Tízórai	Bölcsőde 1-3 éves	Alma			Nektarin			Görögdinnye			Alma			Nektarin			
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 27.64 Kcal / 115.54 KJ			Energia: 31.13 Kcal / 130.12 KJ			Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ			Energia: 27.64 Kcal / 115.54 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	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	0.47 g	0.23 g	0.03 g	0.50 g	0.20 g	0.00 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g	0.47 g	0.23 g	0.03 g	
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só		
3.50 g			0.00 g			0.01 g			5.89 g			0.00 g			0.00 g		
Ebéd	Bölcsőde 1-3 éves	Gyümölcslé Kelkáposzta főzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral			Gyümölcslé Sárgarépa főzelék Tojásropogóssal Félbarna kenyérral			Paradicsomleves Betűtésztaival Lenmagos halfasírt Burgonyapürével			Sertésraguleves Meggyes-Kakaós Piskóta Őszibarack			Gyümölcslé Zöldborsó főzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			
		Energia: 383.83 Kcal / 1,604.41 KJ			Energia: 427.79 Kcal / 1,788.16 KJ			Energia: 509.97 Kcal / 2,131.67 KJ			Energia: 520.16 Kcal / 2,174.27 KJ			Energia: 517.55 Kcal / 2,163.36 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		15.71 g	17.32 g	4.37 g	15.30 g	17.63 g	3.24 g	17.53 g	14.86 g	4.12 g	13.37 g	17.39 g	2.92 g	19.50 g	22.09 g	5.32 g	
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só		
40.38 g			2.70 g			1.53 g			50.98 g			7.70 g			3.22 g		
1			1,3,7			1,3,4,7,9			1,3,7,9			1,3,7			1,3,7		
Uzsonna	Bölcsőde 1-3 éves	Erdei gyümölcsös tea Almás-Fahéjas Zabkása			Narancsos limonádé Vaniliás túrókrémes Kifli			Tej Natúr sajtkrémes Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretekkel			Limonádé Kenőmájás Zsemle			Meggyes tea Tzatzikis vajkrémes Félbarna kenyér Paradicsommal			
		Energia: 122.10 Kcal / 510.38 KJ			Energia: 170.90 Kcal / 714.36 KJ			Energia: 341.06 Kcal / 1,425.63 KJ			Energia: 215.10 Kcal / 899.12 KJ			Energia: 261.59 Kcal / 1,093.45 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		2.31 g	1.09 g	0.21 g	6.17 g	1.62 g	0.83 g	13.68 g	14.05 g	7.67 g	6.73 g	4.45 g	1.64 g	6.59 g	7.05 g	3.31 g	
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só		
25.51 g			15.00 g			0.11 g			32.61 g			8.50 g			0.42 g		
1			1,7,(12)			1,7			1,(6),(7),(10)			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-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer | |