


Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Bölcsödés 1-3 éves	Tej Tzatzikis sajtkrémes Félbarna kenyér Jégcsapretekkel			Tej Kakaós csiga			Tej Köröztes Félbarna kenyér Kígyóborkával			Kakaó Kifli Vajjal			Tej Majonézes tonhalkrémes Félbarna kenyér Paprikával		
		Energia: 269.76 Kcal / 1,127.60 KJ			Energia: 201.18 Kcal / 840.93 KJ			Energia: 229.86 Kcal / 960.81 KJ			Energia: 295.76 Kcal / 1,236.28 KJ			Energia: 288.56 Kcal / 1,206.18 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11.04 g	12.68 g	7.15 g	9.16 g	7.70 g	3.91 g	12.40 g	7.61 g	4.24 g	9.08 g	11.50 g	5.77 g	10.83 g	14.75 g	6.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		27.64 g	3.12 g	0.94 g	23.57 g	1.40 g	0.44 g	27.67 g	2.75 g	0.65 g	38.79 g	7.99 g	0.58 g	27.76 g	0.40 g	0.25 g
1,7			1,3,7			1,7			1,7			1,3,4,7,10				
Tízórai	Bölcsödés 1-3 éves	Alma			Banán			Mandarin			Alma			Banán		
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 23.44 Kcal / 97.98 KJ			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ			Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.35 g	0.15 g	0.00 g	0.65 g	0.05 g	0.00 g	0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.65 g	0.05 g	0.00 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
3.50 g	0.00 g	0.01 g	4.90 g	0.00 g	0.00 g	12.10 g	0.00 g	0.03 g	3.50 g	0.00 g	0.01 g	12.10 g	0.00 g	0.03 g		
Ebéd	Bölcsödés 1-3 éves	Csontleves Paraj főzelék Főtt burgonyával Párolt csirkemellel			Májgaluskaleves Gyümölcsös tejberizs Alma			Citromos almaleves Burgonyapüré Stefánia vagdalttal Csemege uborkával			Kertészleves Tejfölös Zöldbabfőzelék Pirított csirkemellel			Tojásleves Tökfőzelék Sült sertéshússal		
		Energia: 294.42 Kcal / 1,230.68 KJ			Energia: 296.95 Kcal / 1,241.25 KJ			Energia: 503.15 Kcal / 2,103.17 KJ			Energia: 220.82 Kcal / 923.03 KJ			Energia: 270.52 Kcal / 1,130.77 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		17.55 g	7.72 g	1.26 g	11.43 g	8.17 g	2.92 g	17.35 g	19.21 g	6.28 g	13.22 g	11.46 g	2.00 g	8.10 g	9.70 g	1.86 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		37.67 g	2.75 g	1.04 g	45.54 g	6.42 g	0.63 g	67.65 g	11.49 g	2.42 g	15.84 g	2.87 g	1.32 g	37.10 g	6.00 g	1.79 g
1,7,(10)			1,3,7,9			1,3,7			1,7,(10)			1,3,7,9				
Uzsonna	Bölcsödés 1-3 éves	Epres tea Kifli Vaníliás túrókrémmel			Citromos tea Csirkemellsonkás Rozskenyér Margarinnal Paprikával			Meggyes tea Natúr sajtkrémes Zsemle			Málnás tea Zalakrémes Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsommal			Kifli Gyümölcsös joghurttal		
		Energia: 163.99 Kcal / 685.48 KJ			Energia: 214.29 Kcal / 895.73 KJ			Energia: 234.87 Kcal / 981.76 KJ			Energia: 181.58 Kcal / 759.00 KJ			Energia: 275.39 Kcal / 1,151.13 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.19 g	1.62 g	0.83 g	9.04 g	3.61 g	5.56 g	5.99 g	8.21 g	4.73 g	4.22 g	6.98 g	3.09 g	9.35 g	6.07 g	3.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		30.91 g	7.40 g	0.42 g	36.33 g	5.00 g	1.08 g	33.92 g	5.00 g	0.30 g	25.22 g	9.99 g	0.16 g	45.25 g	12.99 g	0.90 g
1,7,(12)			1,(7)			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 3-tojás
2-rák 4-hal

5-földimogyoró 6-szója

7-tejtermék,laktóz 8-diófélék

9-zeller 10-mustár

11-szezám 12-kenyér
13-csillagfűrt 14-puhatestűek

15-mesterséges édesítőszer
16-édesgyökér