

Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Bölcsőde 1-3 éves	Almás-fahéjas tea Snidlinges sajtkrém Rozskenyér Kígyóborkával			Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrém Félbarna kenyér			Kakaó Sajtkrém lenmagos Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával			Csipkebogyós tea Pulykamell sonkás Zsemle Margarinnal Salátalevéllal			Tea barackos Főtt tojáskarikás Rozskenyér Margarinnal Hónapos retek		
		Energia: 198.40 Kcal / 829.31 KJ			Energia: 212.99 Kcal / 890.30 KJ			Energia: 287.94 Kcal / 1,203.59 KJ			Energia: 173.67 Kcal / 725.94 KJ			Energia: 196.07 Kcal / 819.57 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.52 g	8.48 g	7.78 g	5.75 g	8.10 g	2.88 g	10.58 g	12.75 g	7.13 g	7.42 g	2.81 g	1.17 g	6.97 g	5.14 g	4.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
24.79 g	4.11 g	0.72 g	28.68 g	4.00 g	0.06 g	32.55 g	5.11 g	0.48 g	29.68 g	0.50 g	0.44 g	30.38 g	9.99 g	0.62 g		
1,7			1,3,4,7,10			1,7			1,(7)			1,3,(7)				
Tízórai	Bölcsőde 1-3 éves	Alma			Narancs			Körte			Banán			Körte		
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 20.71 Kcal / 86.57 KJ			Energia: 26.50 Kcal / 110.77 KJ			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ			Energia: 26.50 Kcal / 110.77 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	0.30 g	0.10 g	0.00 g	0.20 g	0.15 g	0.00 g	0.65 g	0.05 g	0.00 g	0.20 g	0.15 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	4.25 g	0.00 g	0.00 g	6.00 g	0.00 g	0.00 g	12.10 g	0.00 g	0.03 g	6.00 g	0.00 g	0.00 g		
Ebéd	Bölcsőde 1-3 éves	Gyümölcsleves Tavaszi sertésragu Kuszkuossal			Májgaluskaleves Túróval töltött zsemle			Tejfölös karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával			Alföldi gulyásleves Tejbegríz Kakaó szóráttal			Rántott leves Pirított kenyérkockával Cukkinifőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral		
		Energia: 367.98 Kcal / 1,538.16 KJ			Energia: 415.38 Kcal / 1,736.29 KJ			Energia: 449.71 Kcal / 1,879.79 KJ			Energia: 416.85 Kcal / 1,742.43 KJ			Energia: 352.77 Kcal / 1,474.58 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.70 g	13.08 g	2.31 g	19.78 g	15.87 g	7.04 g	14.76 g	19.65 g	5.40 g	15.38 g	21.19 g	6.79 g	16.25 g	9.73 g	2.47 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
44.69 g	1.59 g	0.25 g	48.53 g	6.61 g	0.43 g	52.62 g	5.02 g	1.32 g	41.50 g	9.99 g	0.91 g	49.80 g	0.65 g	0.94 g		
1			1,3,7,9,(12)			1,3,7,9			1,3,7			1,3,7				
Uzsonna	Bölcsőde 1-3 éves	Tej Kakaós csiga			Tej Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Kaliforniai paprikával			Meggyes tea Actimel joghurt Kölesgolyóval Alma			Limonádé Sajt szeletes Félbarna kenyér Margarinnal			Tej Vajas pogácsa		
		Energia: 241.15 Kcal / 1,008.01 KJ			Energia: 281.21 Kcal / 1,175.46 KJ			Energia: 141.06 Kcal / 589.63 KJ			Energia: 217.09 Kcal / 907.44 KJ			Energia: 296.37 Kcal / 1,238.83 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.50 g	8.85 g	3.20 g	11.89 g	9.36 g	4.34 g	4.35 g	2.05 g	1.07 g	9.48 g	8.05 g	4.59 g	7.91 g	17.45 g	5.86 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33.50 g	17.55 g	0.22 g	37.23 g	0.00 g	0.63 g	26.20 g	14.71 g	0.11 g	26.41 g	5.00 g	0.55 g	26.33 g	0.00 g	0.96 g		
6,7,(5),(8)			1,7			1,7			1,7			1,7,(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-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 | |