


Heti étlap 2025.02.03 - 2025.02.07.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Citromos tea Olasz felvágottas Rozskenyér Margarinnal			Tej Kifli			Meggyes tea Sült hagymakrémés Félbarna kenyér			Kakaó Kalács			Erdei gyümölcsös tea Magyaros vajkrémés Rozskenyér Jégcsapretekkel		
		Energia: 294.65 Kcal / 1,231.64 Kj			Energia: 206.34 Kcal / 862.50 Kj			Energia: 272.15 Kcal / 1,137.59 Kj			Energia: 379.49 Kcal / 1,586.27 Kj			Energia: 274.39 Kcal / 1,146.95 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.81 g	8.55 g	3.19 g	10.56 g	3.28 g	1.73 g	6.52 g	8.29 g	3.71 g	14.06 g	9.33 g	4.24 g	6.88 g	9.12 g	8.40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
47.41 g	19.98 g	1.60 g	33.40 g	0.00 g	0.68 g	42.49 g	9.99 g	0.25 g	59.51 g	14.19 g	0.90 g	40.88 g	13.12 g	0.71 g		
1,(7)			1,7			1,7			1,3,7			1,7				
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Sárgaborsó-krémleves Kolbászmorzsával Húsos tészta Vegyes vágottal			Magyaros csipetkeleves Tökfőzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Húsgaluskaeves Mákos tészta Alma			Paradicsomleves Zöldséges pulykavagdalt Burgonyapürével			Csurgatott tojásleves Temesvári sertésragu Párolt rizszel		
		Energia: 618.43 Kcal / 2,585.04 Kj			Energia: 378.36 Kcal / 1,581.54 Kj			Energia: 501.74 Kcal / 2,097.27 Kj			Energia: 573.35 Kcal / 2,396.60 Kj			Energia: 467.29 Kcal / 1,953.27 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		28.77 g	25.87 g	7.05 g	16.41 g	26.16 g	8.02 g	16.64 g	12.04 g	2.81 g	29.01 g	21.46 g	6.86 g	16.40 g	21.80 g	6.06 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
67.04 g	0.05 g	5.55 g	53.23 g	7.00 g	3.29 g	80.79 g	19.99 g	5.67 g	65.18 g	3.00 g	3.09 g	50.79 g	0.01 g	1.06 g		
1,3,9,15,(10),(12)			1,3,7,9			1,3,9			1,3,7,9			1,3,7,9				
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Vanília táska			Teljeskiőrlésű kenyér Kenőmájással Kígyóborkával			Diákcsemegés Korpás zsemle Margarinnal			Zala felvágottas Teljeskiőrlésű kenyér Margarinnal Salátalevéllal			Sajtos pogácsa Suli szelet		
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 Kj			Energia: 214.33 Kcal / 895.90 Kj			Energia: 182.92 Kcal / 764.61 Kj			Energia: 187.53 Kcal / 783.88 Kj			Energia: 182.52 Kcal / 762.93 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11.71 g	26.46 g	10.07 g	8.47 g	6.18 g	2.25 g	6.22 g	4.87 g	1.94 g	6.71 g	5.56 g	2.07 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
19.66 g	0.00 g	1.38 g	30.98 g	2.75 g	0.31 g	28.53 g	0.00 g	0.89 g	27.64 g	0.00 g	1.16 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g		
1,7,(3),(6),(12)			1,(6),(7),(10)			1,(7)			1,(7)			1,3,7				

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
2-rák
3-tojás
4-hal
Quadro Byte Zrt

5-földimogyoró
6-szója

7-tejtermék,laktóz
8-diófélék

1/1
Oldalak

9-zeller
10-mustár
11-szezám
12-kéndioxid-szulfit

13-csillagfűrt
14-puhatestűek
15-mesterséges édesítőszer
16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!



Etelmezésvezető

2025.01.21. 10:00:52 | QB - Élelem