


Heti étlap 2025.02.24 - 2025.02.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Tej Margarinos Félbarna kenyér Mézzel	Csipkebogyós tea Magyaros vajkrémes Rozskenyér Lilahagymával	Kakaó Kifli Alma	Citromos tea Tonhalkrémes Rozskenyér Kígyóuborkával Sárgabarackos zabrudi	Meggyes tea Margarinos Teljeskiőrlésű kenyér Főtt tojáskarikákkal
		Energia: 302.26 Kcal / 1,263.45 KJ	Energia: 319.93 Kcal / 1,337.31 KJ	Energia: 246.88 Kcal / 1,031.96 KJ	Energia: 324.23 Kcal / 1,355.28 KJ	Energia: 220.19 Kcal / 920.39 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 12.72 g 5.60 g 2.71 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 6.96 g 9.13 g 8.39 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 10.75 g 3.30 g 1.74 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 7.23 g 9.91 g 8.11 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 6.71 g 4.77 g 1.52 g
		Szénhidrát Cukor Só 50.08 g 8.10 g 0.33 g	Szénhidrát Cukor Só 52.00 g 19.99 g 0.70 g	Szénhidrát Cukor Só 43.40 g 9.99 g 0.68 g	Szénhidrát Cukor Só 51.08 g 23.13 g 0.73 g	Szénhidrát Cukor Só 37.48 g 9.99 g 0.83 g
		1,7	1,7	1,7	1,3,4,7,10	1,3,(7)
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Almás zellerkrémleves Levesgyönggyel Bolognai spagetti Reszelt sajttal	Erőleves Zöldborsó főzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérral	Rántott leves Pírutott kenyérbekével Sajtos-tejszínes sertésragu Párolt rizszel	Sajtgaluskaleves Vadas sertésragu Szarvacska tésztával	Lencseleves Farsangi fánk Baracklevárral Porcukorral
		Energia: 582.39 Kcal / 2,434.39 KJ	Energia: 399.20 Kcal / 1,668.66 KJ	Energia: 612.02 Kcal / 2,558.24 KJ	Energia: 545.09 Kcal / 2,278.48 KJ	Energia: 764.29 Kcal / 3,194.73 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 25.55 g 25.51 g 9.50 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 14.60 g 11.32 g 1.54 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 19.96 g 26.08 g 7.77 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 23.37 g 23.94 g 6.84 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 20.60 g 35.71 g 6.45 g
		Szénhidrát Cukor Só 62.37 g 1.81 g 5.88 g	Szénhidrát Cukor Só 59.86 g 12.05 g 0.87 g	Szénhidrát Cukor Só 73.20 g 0.02 g 1.11 g	Szénhidrát Cukor Só 58.83 g 0.54 g 6.22 g	Szénhidrát Cukor Só 89.48 g 16.82 g 1.45 g
		1,3,7,9,(6),(12)	1,3,7,9	1,7,9	1,3,7,9,10,(12)	1,3,7,10,(12)
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Korpás kifli Kenőmájassal Kígyóuborkával	Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal	Margarinos Teljeskiőrlésű kenyér Sajt szelettel	Rácsos túrós táska	Diákcsemegés Zsemle Margarinnal Paprikával
		Energia: 198.35 Kcal / 829.10 KJ	Energia: 220.86 Kcal / 923.19 KJ	Energia: 229.85 Kcal / 960.77 KJ	Energia: 308.00 Kcal / 1,287.44 KJ	Energia: 187.82 Kcal / 785.09 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 8.25 g 6.22 g 2.28 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 7.44 g 8.51 g 3.32 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 10.80 g 8.05 g 4.32 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 8.97 g 18.46 g 5.70 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 6.52 g 4.95 g 1.94 g
		Szénhidrát Cukor Só 27.13 g 2.75 g 0.79 g	Szénhidrát Cukor Só 28.56 g 0.00 g 0.96 g	Szénhidrát Cukor Só 28.47 g 0.00 g 0.54 g	Szénhidrát Cukor Só 26.37 g 0.00 g 1.46 g	Szénhidrát Cukor Só 29.28 g 0.00 g 0.44 g
		1,(6),(7),(10)	1,(7)	1,7	1,3,6,7,(8),(11),(12)	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-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!



Élelmezésvezető