

Heti étlap 2024.07.29 - 2024.08.03.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat																																				
eatrend	Tizórai	Óvoda 4-6 éves																																																			
		Limonádé Fokhagymás felvágottas Rozskenyér Margarinnal			Vaníliás tej Kifli			Narancsos limonádé Sertés párizsis Rozskenyér Margarinnal			Barackos tea Tonhalkrém Félbarna kenyér Paprikával			Tej Barackleváros Félbarna kenyér Margarinnal			Limonádé Korpás kenyér Kenőmájassal Uborkával																																				
		Energia: 265.19 Kcal / 1,108.49 KJ			Energia: 249.09 Kcal / 1,041.20 KJ			Energia: 216.63 Kcal / 905.51 KJ			Energia: 354.77 Kcal / 1,482.94 KJ			Energia: 298.45 Kcal / 1,247.52 KJ			Energia: 227.26 Kcal / 949.95 KJ																																				
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																		
		8.83 g	9.28 g	7.71 g	10.57 g	3.28 g	1.73 g	6.37 g	6.01 g	2.28 g	7.35 g	12.72 g	3.14 g	12.73 g	5.60 g	2.71 g	6.83 g	5.84 g	2.17 g																																		
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só																																						
36.22 g			5.99 g			1.60 g			44.02 g			9.99 g			0.68 g			34.11 g			6.10 g			1.22 g			52.19 g			19.98 g			0.03 g			49.11 g			6.23 g			0.33 g			36.34 g			8.19 g			0.93 g		
1,(7)			1,7			1,(7)			1,3,4,7,10			1,7,(12)			1,(6),(7),(10)																																						
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Óvoda 4-6 éves																																																			
		Tejfőlés zöldborsóleves Spenótos-sonkás rakott tészta			Hamis gulyásleves Sárgaborsófőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral			Májgaluskaleves Dejós tészta Nektarin			Vegyes gyümölcsleves Hentes tokány Párolt rizszel			Erőleves Mexikói húsos babragu Félbarna kenyérral			BrokkolikréMLEVES Pírtott kenyérral Görög rakott burgonya																																				
		Energia: 516.17 Kcal / 2,157.59 KJ			Energia: 513.03 Kcal / 2,144.47 KJ			Energia: 396.00 Kcal / 1,655.28 KJ			Energia: 559.40 Kcal / 2,338.29 KJ			Energia: 529.43 Kcal / 2,213.02 KJ			Energia: 427.99 Kcal / 1,789.00 KJ																																				
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																		
		30.08 g	21.19 g	6.26 g	22.80 g	21.98 g	5.72 g	14.72 g	7.16 g	0.85 g	16.12 g	24.59 g	6.99 g	26.04 g	17.74 g	4.38 g	24.52 g	8.20 g	2.16 g																																		
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só																													
51.10 g			0.04 g			3.97 g			55.12 g			0.12 g			1.18 g			68.63 g			10.52 g			4.80 g			69.49 g			12.99 g			1.87 g			65.76 g			0.00 g			1.91 g			62.85 g			0.03 g			3.16 g		
1,3,7,9			1,9,(3),(6),(7),(12)			1,3,8,9,(5)			1,7,15,(12)			1,3,9			1,3,7,9																																						
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Óvoda 4-6 éves																																																			
		Meggyes táska			Diákcsemegés Teljeskiőrlésű kenyér Margarinnal Uborkával			Sajtkrém rúd			Poharas gyümölcsjoghurt Korpás kifli			Toast sonkás Zsemle Margarinnal Salátalevéllal			Vaníliakrém rúd																																				
		Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 208.67 Kcal / 872.24 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 292.14 Kcal / 1,221.15 KJ			Energia: 176.42 Kcal / 737.44 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ																																				
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																																		
		3.78 g	18.27 g	4.87 g	7.78 g	5.14 g	1.96 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	10.93 g	6.56 g	3.20 g	8.14 g	2.92 g	1.21 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g																																		
Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só																													
39.98 g			18.16 g			0.67 g			32.77 g			2.20 g			1.42 g			33.28 g			0.00 g			1.69 g			46.73 g			12.99 g			1.05 g			29.39 g			0.00 g			0.55 g			19.66 g			0.00 g			1.38 g		
1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,7			1,7			1,(7)			1,(7)			1,7,(3),(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-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!



Élelmiszevezető

Oldalak

1/1

