


Heti étlap 2024.10.28. - 2024.11.01.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök					
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Kifli Kakaó			Citromos tea Kolbászkremes Teljeskiőrlésű kenyér Paprikával			Erdei gyümölcsös tea Csokis túrókrém Zsemle			Tej Margarinos Félbarna kenyér Sajt szelettel Salátalevéllal			ÜNNEP		
		Energia: 246.88 Kcal / 1,031.96 KJ			Energia: 286.81 Kcal / 1,198.87 KJ			Energia: 210.10 Kcal / 878.22 KJ			Energia: 340.49 Kcal / 1,423.25 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		10.75 g	3.30 g	1.74 g	5.33 g	7.87 g	3.48 g	6.58 g	1.66 g	0.85 g	17.96 g	10.93 g	6.09 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
43.40 g	9.99 g	0.68 g	48.28 g	11.99 g	0.81 g	41.87 g	12.79 g	0.07 g	42.37 g	0.00 g	0.73 g					
1,7			1,7			1,7,(5),(8)			1,7							
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Burgonyagaluska leves Sertéspörkölt Paradicsomos káposztafőzelékkel Félbarna kenyérral			Frankfurti leves Mákos nudli Porcukor szóráttal Alma			Tárkonyos zöldségleves Burgonyafőzelék Lenmagos fasírttal Félbarna kenyérral			Brokkolikrémleves Levesgyönggyel Sajtos-sonkás rakott tészta					
		Energia: 495.19 Kcal / 2,069.89 KJ			Energia: 412.14 Kcal / 1,722.75 KJ			Energia: 453.79 Kcal / 1,896.84 KJ			Energia: 548.72 Kcal / 2,293.65 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		15.55 g	22.81 g	5.90 g	16.99 g	13.81 g	3.21 g	19.72 g	16.30 g	5.55 g	25.50 g	24.49 g	7.19 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
56.81 g	2.05 g	1.47 g	65.73 g	10.02 g	1.47 g	56.39 g	0.01 g	1.21 g	56.98 g	0.28 g	4.10 g					
1,7,9,10,(12)			1,3,7,(6),(9),(12)			1,3,7,9			1,3,7,9							
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Olasz felvágottas Rozskenyér Margarinnal Jégcsapretekkel			Vaniliás táska			Soproni felvágottas Rozskenyér Margarinnal Kígyóborkával			Turista szalámis Korpás zsemle Margarinnal					
		Energia: 247.08 Kcal / 1,032.79 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 241.07 Kcal / 1,007.67 KJ			Energia: 211.94 Kcal / 885.91 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		9.02 g	8.78 g	3.20 g	11.71 g	26.46 g	4.87 g	9.00 g	9.26 g	7.86 g	7.74 g	7.39 g	2.84 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
32.99 g	3.12 g	1.94 g	19.66 g	18.16 g	0.67 g	30.34 g	2.20 g	1.61 g	28.56 g	0.00 g	1.20 g					
1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			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	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-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!



Élelmezésvezető