

Heti étlap 2024.11.04 - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek										
 <b>Reggeli</b>	<b>Bölcsőde</b> <b>1-3 éves</b>	Karamellás tej Molnárika			Erdei gyümölcsös tea Füstölt sajtos brokkolikrém Rozskenyér			Citromos tea Sült húskrém Félbarna kenyér			Tej Gabonagolyó			Almás-fahéjas tea Tonhalkrém Félbarna kenyér										
		Energia: 327.96 Kcal / 1,370.87 KJ			Energia: 275.76 Kcal / 1,152.68 KJ			Energia: 282.48 Kcal / 1,180.77 KJ			Energia: 194.56 Kcal / 813.26 KJ			Energia: 303.26 Kcal / 1,267.63 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír								
		10.69 g	9.19 g	4.34 g	7.00 g	9.39 g	8.57 g	8.36 g	6.72 g	2.75 g	8.34 g	5.72 g	3.06 g	6.77 g	10.47 g	3.44 g								
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só								
50.23 g	14.89 g	0.79 g	40.41 g	10.00 g	0.73 g	46.77 g	14.99 g	0.23 g	27.20 g	0.00 g	0.69 g	45.06 g	13.39 g	0.03 g										
1,3,7			1,7			1,7,10,(12)			7,(1),(3),(5)			1,3,4,7,10												
<b>Tízórai</b>	<b>Bölcsőde</b> <b>1-3 éves</b>	Alma			Banán			Narancs			Alma			Körte										
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ			Energia: 20.71 Kcal / 86.57 KJ			Energia: 17.39 Kcal / 72.69 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	0.65 g	0.05 g	0.00 g	0.30 g	0.10 g	0.00 g	0.20 g	0.20 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	12.10 g	0.00 g	0.03 g	4.25 g	0.00 g	0.00 g	3.50 g	0.00 g	0.01 g	6.00 g	0.00 g	0.00 g										
Alma					Banán					Narancs					Alma					Körte				
Energia: 354.24 Kcal / 1,480.72 KJ					Energia: 591.18 Kcal / 2,471.13 KJ					Energia: 441.55 Kcal / 1,845.68 KJ					Energia: 468.05 Kcal / 1,956.45 KJ					Energia: 536.94 Kcal / 2,244.41 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							
16.34 g	15.93 g	5.31 g	21.17 g	24.02 g	4.13 g	22.93 g	21.27 g	7.08 g	19.10 g	19.72 g	6.37 g	18.13 g	24.90 g	5.86 g										
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só							
35.89 g	1.02 g	4.32 g	72.28 g	14.70 g	4.01 g	39.28 g	0.17 g	2.49 g	54.00 g	10.69 g	2.45 g	58.93 g	2.71 g	2.04 g										
1,3,7,9,(6),(12)					1,3,7,9					1,7,9,(10)					1,7					1,3,7,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>Bölcsőde</b> <b>1-3 éves</b>	Meggyes tea Félbarna kenyér Kenőmájással Kígyóuborkával			Tej Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Salátalevéellel			Tej Magyaros vajkrém Korpás zsemle Paprikával			Epres tea Teljeskiőrlésű kenyér Kockasajttal Kígyóuborkával			Tej Sajtos pogácsa										
		Energia: 250.35 Kcal / 1,046.46 KJ			Energia: 306.86 Kcal / 1,282.67 KJ			Energia: 337.05 Kcal / 1,408.87 KJ			Energia: 260.46 Kcal / 1,088.72 KJ			Energia: 303.09 Kcal / 1,266.92 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír								
		8.15 g	4.69 g	1.84 g	13.33 g	10.69 g	5.10 g	12.24 g	14.01 g	7.04 g	10.01 g	7.01 g	3.91 g	9.26 g	18.70 g	6.62 g								
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só								
43.53 g	12.19 g	0.18 g	39.18 g	0.00 g	0.69 g	40.10 g	0.00 g	0.74 g	38.97 g	12.19 g	0.79 g	24.08 g	0.00 g	1.02 g										
1,(6),(7),(10)			1,7			1,7			1,7			1,3,7												

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: [minosegbiztositas@eatrend.hu](mailto: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!



Élelmezésvezető