


Heti étlap 2024.12.16. - 2024.12.20.

|  |                        | hétfő   | kedd  | szerda  | csütörtök   | péntek  |
|---|------------------------|---|---|---|---|---|
| <b>Tízórai</b>  | <b>(00027) Óvoda</b>   | Csokis tej<br>Kiflivel  | Barackos tea<br>Sütőtökös sajtkrém<br>Rozskenyér                  | Csipkebogyós tea<br>Paprikás szalámis<br>Korpás kenyér<br>Margarinnal   | Tej<br>Sajt szelet<br>Korpás kenyér<br>Margarinnal<br>Paradicsommal | Citromos tea<br>Tonhalkrém<br>Félbarna kenyér                     |
|   |                        | Energia: 290.11 Kcal / 1,212.66 KJ  | Energia: 313.14 Kcal / 1,308.93 KJ                                | Energia: 277.37 Kcal / 1,159.41 KJ  | Energia: 318.34 Kcal / 1,330.66 KJ                                  | Energia: 322.01 Kcal / 1,346.00 KJ                                |
|   |                        | Fehérje Zsír T.Zsír   | Fehérje Zsír T.Zsír   | Fehérje Zsír T.Zsír   | Fehérje Zsír T.Zsír   | Fehérje Zsír T.Zsír   |
|   |                        | 10.57 g 3.29 g 1.73 g   | 7.22 g 8.75 g 8.30 g  | 6.06 g 6.97 g 2.51 g  | 16.18 g 10.72 g 5.92 g  | 6.80 g 9.40 g 3.58 g  |
|   |                        | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   |
| 54.22 g 19.98 g 0.68 g  | 50.93 g 19.98 g 1.13 g | 47.39 g 19.99 g 1.16 g  | 39.10 g 0.00 g 1.43 g   | 52.09 g 20.38 g 0.02 g  |   |   |
| 1,7   | 1,7                    | 1,(7)   | 1,7   | 1,3,4,7,10  |   |   |
| <b>Ebéd</b>   | <b>(00027) Óvoda</b>   | Erőleves<br>Cérumetéllel<br>Párolt sertésszelet<br>Almamártással<br>Főtt burgonyával<br>Pírtott darával | Almás szilvaleves<br>Marhapörkölt<br>Tarhonyával<br>Vegyes vágott | Füstölt sajtos Karfiolkrémleves<br>Levesgyönggyel<br>Narancsos mézes kakukkfűves<br>csirkecomb<br>Vegyes körettel | Kerti zöldségleves<br>Bolognai spagetti<br>Reszelt sajttal<br>Alma  | Babgulyás<br>Félbarna kenyérral<br>Mákos piskóta<br>Meggyszósszal |
|   |                        | Energia: 425.41 Kcal / 1,778.21 KJ  | Energia: 372.85 Kcal / 1,558.51 KJ                                | Energia: 613.83 Kcal / 2,565.81 KJ  | Energia: 526.92 Kcal / 2,202.53 KJ                                  | Energia: 726.84 Kcal / 3,038.19 KJ                                |
|   |                        | Fehérje Zsír T.Zsír   | Fehérje Zsír T.Zsír   | Fehérje Zsír T.Zsír   | Fehérje Zsír T.Zsír   | Fehérje Zsír T.Zsír   |
|   |                        | 19.40 g 11.27 g 3.06 g  | 11.54 g 6.60 g 5.69 g   | 40.69 g 26.14 g 6.86 g  | 24.38 g 22.18 g 7.51 g  | 16.53 g 20.16 g 3.17 g  |
|   |                        | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   |
| 68.25 g 9.00 g 2.36 g   | 67.40 g 8.79 g 3.41 g  | 43.98 g 0.58 g 3.44 g   | 56.29 g 1.54 g 5.76 g   | 118.67 g 46.46 g 1.66 g   |   |   |
| 1,3,7,9,(10)  | 1,3,7,15,(10),(12)     | 1,3,7,9,(6),(10),(11)   | 1,3,7,9,(6),(12)  | 1,3,7,9,(12)  |   |   |
| <b>Uzsonna</b>  | <b>(00027) Óvoda</b>   | Soproni felvágottas<br>Teljes kiőrlésű kenyér<br>Margarinnal<br>Paprikával                              | Pizzaszelet   | Csoki puding<br>Kiflivel  | Olasz felvágottas<br>Zsemle<br>Margarinnal                          | Sertés párizsis<br>Korpás zsemle<br>Margarinnal<br>Paprikával     |
|   |                        | Energia: 231.17 Kcal / 966.29 KJ  | Energia: 267.80 Kcal / 1,119.40 KJ                                | Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ  | Energia: 220.86 Kcal / 923.19 KJ                                    | Energia: 208.22 Kcal / 870.36 KJ                                  |
|   |                        | Fehérje Zsír T.Zsír   | Fehérje Zsír T.Zsír   | Fehérje Zsír T.Zsír   | Fehérje Zsír T.Zsír   | Fehérje Zsír T.Zsír   |
|   |                        | 8.60 g 8.97 g 3.23 g  | 15.74 g 11.09 g 4.91 g  | 3.76 g 0.28 g 0.10 g  | 7.44 g 8.51 g 3.32 g  | 6.96 g 7.01 g 2.64 g  |
|   |                        | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   |
| 28.94 g 0.00 g 0.98 g   | 26.13 g 3.03 g 1.92 g  | 22.80 g 0.00 g 0.41 g   | 28.56 g 0.00 g 0.96 g   | 29.28 g 0.00 g 0.97 g   |   |   |
| 1,(7)   | 1,3,7                  | 1,(7)   | 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 |               |

*Mény Önkéntes*  
**Jó étvágyat kívánunk!**  
**Eatrend Kft.**  
 2730 Albersia, Pesti út 65.  
 Csoportos azonosítószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 17783408-5-13  
 Előmezevesztető