


Heti étlap 2024.10.28. - 2024.11.01.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök					
<b>Tízórai</b>	<b>Óvoda</b>	Kakaó Kifli			Citromos tea Kolbászkrémes Korpás kenyér Paprikával			Erdei gyümölcsös tea Csokis túrókrémes Zsemle			Tej Sajt szeletes Félbarna kenyér Margarinnal Salátalevéellel			<b>ÜNNEP</b>		
		Energia: 249.62 Kcal / 1,043.41 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.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		10.75 g	3.50 g	1.86 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			
43.50 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							
<b>Ebéd</b>	<b>Óvoda</b>	Rántott leves Pirított kenyérkockával Mézes mustáros sertésragu Párolt rizszel			Frankfurti leves Mákos tészta Alma			Tárkonyos zöldségleves Burgonyafőzelék Sokmagvas fasírt Félbarna kenyérrrel			BrokkolikréMLEVES Levesgyönggyel Sonkás-sajtos 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.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		15.55 g	22.81 g	5.90 g	16.99 g	13.81 g	3.90 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	5.16 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							
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvoda</b>	Olasz felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Jégcsapretekkel			Meggyes táska			Soproni felvágottas Rozskenyér Margarinnal Kigyóuborkával			Paprikás szalámis Korpás zsemle Margarinnal Körte					
		Energia: 242.26 Kcal / 1,012.65 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 241.07 Kcal / 1,007.67 KJ			Energia: 282.81 Kcal / 1,182.15 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		8.84 g	8.78 g	3.38 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	9.00 g	9.26 g	7.86 g	7.26 g	7.38 g	1.03 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
31.97 g	3.12 g	0.91 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g	30.34 g	2.20 g	1.61 g	46.53 g	0.00 g	0.57 g					
1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,(7)							

Az étlanváltogatás igazt 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-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

**Jó étvágyat kívánunk!**  
**Eatrend Kft.**  
2730 Albertirs., Pesti út 65.  
Csoportos adózás: 17783408-5-13  
Alkalmazotti: 139360-4-13  
14.