


Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvodás 4-6 éves	Téli varázslat tea Magyaros vajkrémes Félbarna kenyér Póréhagymakarikával			Tej Kifli Varázsszívószal			Vadmeggyes tea Barackos túrókrémes Teljes kiőrlésű kenyér			Kakaó Kalács			Citromos tea Majonézes tonhalkrémes Korpás kenyér Paprikával		
		Energia: 350.69 Kcal / 1,465.88 Kj			Energia: 206.34 Kcal / 862.50 Kj			Energia: 216.56 Kcal / 905.22 Kj			Energia: 382.23 Kcal / 1,597.72 Kj			Energia: 300.79 Kcal / 1,257.30 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.03 g	8.72 g	4.05 g	11.27 g	3.54 g	1.89 g	7.77 g	2.24 g	0.87 g	14.06 g	9.53 g	4.36 g	5.16 g	9.24 g	3.59 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
60.52 g	0.00 g	0.00 g	38.62 g	5.02 g	0.76 g	41.00 g	10.89 g	0.09 g	59.61 g	14.19 g	0.90 g	48.82 g	11.99 g	0.72 g		
1,7			1,7			1,7,(12)			1,3,7			1,3,4,7,10				
Ebéd	Óvodás 4-6 éves	Fokhagymakrémleves Pírtott kenyérfocikával Csikós tokány Párolt rizszel			Frankfurti leves Sajtos-tejfölös tészta Alma			Citromos almaleves Zöldfűszeres csirkemell Burgonyapürével			Tejfölös zöldbableves Tarhonyás hús Céklasalátával			Tojásleves Zöldborsó főzelék Panírozott dinóval Félbarna kenyérral		
		Energia: 647.86 Kcal / 2,708.05 Kj			Energia: 434.17 Kcal / 1,814.83 Kj			Energia: 411.24 Kcal / 1,718.98 Kj			Energia: 522.91 Kcal / 2,185.76 Kj			Energia: 379.92 Kcal / 1,588.07 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		18.59 g	34.83 g	9.04 g	18.63 g	18.88 g	8.58 g	22.54 g	9.27 g	2.90 g	20.57 g	22.80 g	2.45 g	13.96 g	12.32 g	1.88 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64.61 g	0.00 g	1.79 g	58.17 g	0.03 g	5.28 g	62.16 g	11.61 g	3.23 g	58.26 g	3.20 g	1.05 g	53.50 g	12.06 g	0.77 g		
1,7,9			1,3,7,9			1,3,7			1,3,7,9,15,(12)			1,3,7,9				
Uzsonna	Óvodás 4-6 éves	Csokoládékrémes rúd			Olasz felvágott Félbarna kenyér Margarinnal Paprikával			Zsemle Sajt szelettel Margarinnal Kígyóborkával			Csirkemellsonkás Rozskenyér Margarinnal			Korpás kifli Gyümölcsös joghurttal Mandarin		
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 Kj			Energia: 244.34 Kcal / 1,021.34 Kj			Energia: 227.38 Kcal / 950.45 Kj			Energia: 193.87 Kcal / 810.38 Kj			Energia: 339.03 Kcal / 1,417.15 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.71 g	26.46 g	10.07 g	8.92 g	8.84 g	3.37 g	10.19 g	7.70 g	4.56 g	9.46 g	3.64 g	5.60 g	11.63 g	6.86 g	3.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
19.66 g	0.00 g	1.38 g	32.19 g	0.00 g	0.90 g	29.27 g	2.20 g	0.53 g	30.78 g	0.00 g	1.19 g	56.53 g	12.99 g	1.05 g		
1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(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-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 Albertirsa, Pesti út 65
 Csoportos adás szám: 47-783-406-5-13
 Adószám: ELMEZSZEZ04-13
 14.