


Heti étlap 2024.07.08. - 2024.07.12.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	(00027) Óvoda	Puncsos tej Kifli			Erdei gyümölcsös limonádé Füstölt sonkakrém Félbarna kenyér			Barackos tea Körözöttes Korpás kenyér			Limonádé Snidlinges sajtkrém Rozskenyér Paprikával			Tej Mogyorókrém Félbarna kenyér		
		Energia: 253.99 Kcal / 1,061.68 KJ			Energia: 247.00 Kcal / 1,032.46 KJ			Energia: 242.13 Kcal / 1,012.10 KJ			Energia: 260.51 Kcal / 1,088.93 KJ			Energia: 359.35 Kcal / 1,502.08 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.57 g	3.28 g	1.73 g	7.79 g	6.64 g	4.12 g	7.09 g	2.08 g	0.88 g	7.43 g	8.88 g	9.10 g	13.98 g	9.80 g	1.94 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
45.24 g	10.03 g	0.68 g	38.74 g	5.99 g	2.25 g	48.40 g	19.98 g	1.11 g	37.16 g	5.99 g	0.94 g	53.38 g	9.60 g	0.27 g		
1,7			1,7,(3),(6),(10),(11)			1,7			1,7			1,5,6,7,8				
<b>Ebéd</b>	(00027) Óvoda	Tárkonyos sertésraguleves Burgonyás tészta Csemege uborkával			Tojásleves Stroganoff sertésragu Párolt rizsszel			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejbedara Kakaó szórattal Alma			Póréhagyma krémleves Levesgyönggyel Zöldbabfőzelék Stefánia vagdalttal Félbarna kenyérral			Kertészleves Bakonyi sertésragu Orsó tésztával		
		Energia: 384.37 Kcal / 1,606.67 KJ			Energia: 422.01 Kcal / 1,764.00 KJ			Energia: 500.97 Kcal / 2,094.05 KJ			Energia: 549.72 Kcal / 2,297.83 KJ			Energia: 447.82 Kcal / 1,871.89 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		15.28 g	12.72 g	2.03 g	14.61 g	18.28 g	2.62 g	18.74 g	9.92 g	2.91 g	20.81 g	29.07 g	7.33 g	21.52 g	18.82 g	5.49 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
52.17 g	0.01 g	2.85 g	49.27 g	0.01 g	1.75 g	83.80 g	34.46 g	1.24 g	50.32 g	0.26 g	3.20 g	47.56 g	0.01 g	4.98 g		
1,3,7,9,15,(12)			1,3,7,9,10,15,(12)			1,7			1,3,7,9			1,3,7,9				
<b>Uzsonna</b>	(00027) Óvoda	Soproni felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Paprikával			Csokoládékrém rúd Őszibarack			Paprikás szalámis Zsemle Margarinnal Uborkával			Poharas puding Korpás kifivel			Zala felvágottas Korpás zsemle Margarinnal Jégcsapretekkel		
		Energia: 243.36 Kcal / 1,017.24 KJ			Energia: 427.05 Kcal / 1,785.07 KJ			Energia: 205.67 Kcal / 859.70 KJ			Energia: 126.03 Kcal / 526.81 KJ			Energia: 197.48 Kcal / 825.47 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8.86 g	8.82 g	3.37 g	12.76 g	26.61 g	10.07 g	6.86 g	6.95 g	2.79 g	5.34 g	0.77 g	0.07 g	7.65 g	5.56 g	2.21 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32.04 g	0.00 g	0.90 g	33.16 g	0.00 g	1.38 g	28.87 g	2.20 g	0.53 g	24.28 g	0.00 g	0.56 g	29.26 g	3.12 g	0.98 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			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	

**Jó Étrendi Kifli!**  
 2730 Albertirsa, Felső Út 65.  
 Csoportos adás: tel. 17764505 5-13  
 Adószám: 14893604-13  
 Élelmiszervezető