


Heti étlap 2024.07.22. - 2024.07.26.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	(00027) Óvoda	Macikávét Kiflivel			Limonádé Kenőmájásos Korpás kenyér Uborkával			Erdei gyümölcsös limonádé Vaníliás túrókrém Zsemlével			Csipkebogyós tea Sült húskrémes Félbarna kenyér Lilahagymával			Tej Fatórzs kifli		
		Energia: 270.86 Kcal / 1,132.19 KJ			Energia: 227.26 Kcal / 949.95 KJ			Energia: 199.54 Kcal / 834.08 KJ			Energia: 310.79 Kcal / 1,299.10 KJ			Energia: 363.03 Kcal / 1,517.47 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.57 g	3.28 g	1.73 g	6.83 g	5.84 g	2.17 g	7.22 g	1.68 g	0.86 g	8.63 g	6.74 g	2.75 g	13.80 g	9.25 g	4.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
49.45 g	15.98 g	0.68 g	36.34 g	8.19 g	0.93 g	38.58 g	8.39 g	0.07 g	53.43 g	13.99 g	0.23 g	55.72 g	10.75 g	0.89 g		
1,7		1,(6),(7),(10)			1,7,(12)			1,7,10,(12)			1,3,7					
Ebéd	(00027) Óvoda	Citromos almaleves Erdélyi sertéstokány Párolt rizszel			Tavaszi zöldségleves Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérral			Kolbásos burgonyaleves Félbarna kenyérral Káposztás tészta Porcukorral Görögdinnye			Daragaluska leves Finomfőzelék Lenmagos fasírttal Félbarna kenyérral			Vegyes zöldségkrémleves Pírtott kenyérkockával Rántott sertésszelet Tört burgonyával Káposztasalátával		
		Energia: 524.87 Kcal / 2,193.96 KJ			Energia: 419.37 Kcal / 1,752.97 KJ			Energia: 547.74 Kcal / 2,289.55 KJ			Energia: 540.24 Kcal / 2,258.20 KJ			Energia: 655.98 Kcal / 2,742.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.87 g	21.34 g	1.61 g	14.90 g	18.09 g	4.47 g	18.64 g	12.19 g	2.49 g	22.08 g	23.51 g	4.53 g	21.77 g	28.88 g	4.72 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
70.45 g	11.49 g	0.92 g	48.94 g	8.00 g	1.18 g	90.01 g	13.00 g	2.45 g	59.07 g	3.01 g	2.76 g	75.86 g	3.61 g	3.08 g		
1,7		1,3,9			1,3,9			1,3,7,9			1,3,7,9					
Uzsonna	(00027) Óvoda	Toast felvágottas Rozskenyér Margarinnal Paprikával			Kajszibarackos háromszög Alma			Olasz felvágottas Rozskenyér Margarinnal Salátalevéllal			Rácsos túrós táska			Kockasajt Kiflivel		
		Energia: 207.01 Kcal / 865.30 KJ			Energia: 393.37 Kcal / 1,644.29 KJ			Energia: 239.13 Kcal / 999.56 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.82 g	4.56 g	5.91 g	4.38 g	18.87 g	0.00 g	8.84 g	9.25 g	7.71 g	8.97 g	18.46 g	5.70 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.62 g	0.00 g	0.98 g	50.48 g	0.00 g	0.02 g	30.05 g	0.00 g	1.60 g	26.37 g	0.00 g	1.46 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g		
1,(7)		1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,3,6,7,(8),(11),(12)			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 Étrendünk!
2730 Albertus, Pesti út 65.
Csoportos adás: tel. 17 783 405-5-13
..... Adószám: 1489 060 4-13