


Heti étlap 2023.09.18. - 2023.09.22.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Tej Mogyorókrémes Kifli			Narancsos limonádé Házi sajtkrémes Rozskenyér Paradicsommal			Citromos tea Toast felvágottas Graham kenyér Margarinnal			Vaníliás tej Briós			Citromos limonádé Tojáskrémes Félbarna kenyér Uborkával		
		Energia: 313.45 Kcal / 1,310.22 KJ			Energia: 262.13 Kcal / 1,095.70 KJ			Energia: 289.96 Kcal / 1,212.03 KJ			Energia: 276.82 Kcal / 1,157.11 KJ			Energia: 227.20 Kcal / 949.70 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.86 g	9.48 g	1.86 g	7.41 g	8.83 g	9.11 g	10.71 g	4.05 g	1.39 g	10.42 g	6.22 g	2.95 g	7.04 g	4.72 g	1.01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
44.80 g	9.60 g	0.68 g	37.85 g	6.10 g	0.94 g	52.47 g	19.98 g	1.31 g	44.46 g	15.53 g	0.59 g	38.91 g	8.19 g	0.21 g		
1,5,6,7,8			1,7			1,(7)			1,3,7			1,3,7,10,(12)				
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Jókai bablevés Burgonyás tészta Vitaminsalátával			Csurgatott tojásleves Vadas sertésszelet Szarvacska tésztával Alma			Zellerkrémleves Pírtott kenyérgockával Rántott halrudacska Petrezselymes burgonyával Uborkasalátával			Tejfölös gombaleves Rakott zöldbab			Grízgaluska leves Paradicsommártás Húsgombóccal Félbarna kenyérral		
		Energia: 578.20 Kcal / 2,416.88 KJ			Energia: 452.77 Kcal / 1,892.58 KJ			Energia: 449.96 Kcal / 1,880.83 KJ			Energia: 425.95 Kcal / 1,780.47 KJ			Energia: 447.55 Kcal / 1,870.76 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		20.65 g	16.24 g	3.49 g	23.29 g	13.28 g	2.99 g	27.79 g	13.40 g	3.20 g	18.37 g	20.46 g	6.08 g	15.83 g	17.74 g	4.50 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
86.48 g	4.03 g	2.53 g	58.96 g	0.51 g	5.45 g	54.11 g	24.25 g	2.93 g	42.97 g	0.02 g	2.66 g	55.76 g	8.00 g	1.54 g		
1,7,9,(3)			1,3,7,9,10,(12)			1,3,4,7,9			1,3,7,9			1,3,9				
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Soproni felvágottas Rozskenyér Margarinnal			Barackleváros Félbarna kenyér Margarinnal			Helyben sült sajtkrémes rúd Körte			Füstölt pulykapárizsis Rozskenyér Margarinnal Paprikával			Tavaszi felvágottas Korpás zsemle Margarinnal		
		Energia: 238.72 Kcal / 997.85 KJ			Energia: 201.39 Kcal / 841.81 KJ			Energia: 243.49 Kcal / 1,017.79 KJ			Energia: 218.32 Kcal / 912.58 KJ			Energia: 190.60 Kcal / 796.71 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.80 g	9.24 g	7.71 g	5.93 g	2.60 g	1.08 g	8.59 g	2.76 g	3.61 g	8.68 g	6.78 g	6.80 g	6.77 g	5.27 g	2.13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.00 g	0.00 g	1.60 g	38.51 g	6.23 g	0.06 g	51.28 g	0.00 g	1.70 g	30.58 g	0.00 g	1.22 g	28.97 g	0.00 g	0.94 g		
1,(7)			1,(7),(12)			1,7			1,(6),(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 | |

Quadro Byte Zrt

Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmiszer

2022.11.28 7:39:07 | QB - Élelem