

Heti étlap 2022.09.26 - 2022.09.30

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
eatrend	Reggeli	Vaníliás tej Kifli			Limonádé Snidlinges sajtkrémés Félbarna kenyér			Erdei gyümölcsstea Brokkolis sajtkrémés Korpás kenyér			Tej Natúr vajkrémés Félbarna kenyér			Kakaó Korpás kifli Alma		
		Energia: 242.46 Kcal / 1,013.48 KJ			Energia: 257.31 Kcal / 1,075.56 KJ			Energia: 235.23 Kcal / 983.26 KJ			Energia: 351.71 Kcal / 1,470.15 KJ			Energia: 269.10 Kcal / 1,124.84 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.87 g	4.48 g	2.38 g	7.01 g	8.34 g	4.58 g	5.07 g	6.93 g	3.89 g	13.18 g	14.20 g	6.91 g	10.83 g	5.39 g	2.48 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
41.37 g			38.00 g			37.77 g			42.38 g			43.83 g				
1,7			1,7			1,7			1,7			1,7				
Tízórai	Bölcsőde 1-3 éves	Alma			Túró Rudi			cékla-almasaláta			Banán			Körte		
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 68.56 Kcal / 286.58 KJ			Energia: 36.98 Kcal / 154.58 KJ			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ			Energia: 26.50 Kcal / 110.77 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.20 g	0.20 g	0.00 g	3.93 g	3.20 g	1.72 g	0.89 g	0.29 g	0.01 g	0.65 g	0.05 g	0.00 g	0.20 g	0.15 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
3.50 g			5.80 g			7.27 g			12.10 g			6.00 g				
7,(1)																
Ebéd	Bölcsőde 1-3 éves	Karlábékrémleves Pirított kenyérokocával Olaszos rakott tészta			Gyümölcsle Sóska Főtt tojással Főtt burgonyával			Gyümölcsleves Zöldségfásírt Sajtmártással Kuskusszal			Narancslé Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyérral Tejszelet			Magyaros burgonyaleves Temesvári sertésragu Bulgurral		
		Energia: 458.64 Kcal / 1,917.12 KJ			Energia: 475.59 Kcal / 1,987.97 KJ			Energia: 617.96 Kcal / 2,583.07 KJ			Energia: 542.95 Kcal / 2,269.53 KJ			Energia: 399.14 Kcal / 1,668.41 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.58 g	19.47 g	5.76 g	14.37 g	16.05 g	2.82 g	17.68 g	18.12 g	7.16 g	17.28 g	23.62 g	6.65 g	14.83 g	18.48 g	5.19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
52.75 g			67.42 g			90.87 g			64.39 g			45.12 g				
1,7,9,(3)			1,7,9			1,3,7			1,3,7,9			1,7,9				
Uzsonna	Bölcsőde 1-3 éves	Gyümölcsös tea Tavaszi felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Uborkával			Tej Margarinos Zsemle Paprikával			Tej Kajszibarackos háromszög Körte			Gyümölcsös tea Toast felvágottas Zsemle Margarinnal Jégcsapretekkel			Gyümölcsös tea Vaníliás táska		
		Energia: 217.02 Kcal / 907.14 KJ			Energia: 278.39 Kcal / 1,163.67 KJ			Energia: 541.25 Kcal / 2,262.43 KJ			Energia: 221.01 Kcal / 923.82 KJ			Energia: 406.12 Kcal / 1,697.58 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.76 g	4.58 g	1.73 g	11.74 g	8.01 g	4.07 g	11.18 g	24.32 g	7.91 g	8.38 g	3.45 g	1.40 g	11.78 g	26.47 g	10.07 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
38.06 g			39.70 g			68.58 g			39.09 g			29.66 g				
1,(7)			1,7			1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,7,(3),(6),(12)				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Jó étvágyat kívánunk!

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén 3-tojás
2-rák 4-hal

5-földimogyoró 6-szója

7-tejtermék,laktóz 8-diófélék

9-zeller 11-szezám 10-mustár

12-kén-dioxid-szulfid 13-csillagfűrt 14-puhatestűek

15-mesterséges édesítőszer 16-édesgyökér

Élelmiszer