


Heti étlap 2024.11.04.-2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Karamellás tej Fatörzs kifli			Erdei gyümölcsös tea Füstölt sajtos brokkolikrémés Rozskenyér			Citromos tea Tepertőkrémés Félbarna kenyér			Tej Gabonagyólyó			Almás-fahéjas tea Majonézes tonhalkrémés Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 305.25 Kcal / 1,275.95 KJ			Energia: 275.76 Kcal / 1,152.68 KJ			Energia: 333.05 Kcal / 1,392.15 KJ			Energia: 294.29 Kcal / 1,230.13 KJ			Energia: 352.12 Kcal / 1,471.86 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.29 g	7.00 g	3.28 g	7.00 g	9.39 g	8.57 g	7.80 g	10.47 g	3.82 g	12.05 g	4.48 g	2.20 g	6.71 g	10.65 g	3.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
49.71 g	17.07 g	0.67 g	40.41 g	10.00 g	0.73 g	51.57 g	19.98 g	0.55 g	51.19 g	0.00 g	0.98 g	56.81 g	28.38 g	0.41 g		
1,3,7			1,7			1,3,10,(7),(12)			1,7,(3),(5)			1,3,4,7,10				
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Őszi zöldségleves Zöldborsófőzelék Panírozott dinóval Félbarna kenyérral			Magyaros burgonyaleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal			Erőleves Roston sült csirkemell Párolt rizszel Sajtmártással			Körtekrémleves Müzli szóráttal Rakott karfiol árpagyönggyel Szilva			Csupgátott tojásleves Pusztapörkölt Csemege uborka		
		Energia: 386.10 Kcal / 1,613.90 KJ			Energia: 526.46 Kcal / 2,200.60 KJ			Energia: 620.24 Kcal / 2,592.60 KJ			Energia: 477.66 Kcal / 1,996.62 KJ			Energia: 345.06 Kcal / 1,442.35 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.39 g	12.68 g	2.12 g	24.34 g	22.08 g	7.51 g	27.29 g	29.09 g	8.51 g	17.00 g	21.54 g	6.60 g	14.92 g	15.32 g	4.81 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54.75 g	12.06 g	1.41 g	56.77 g	1.54 g	1.44 g	61.79 g	0.17 g	1.48 g	52.91 g	9.39 g	1.38 g	35.91 g	0.01 g	1.89 g		
1,7,9			1,3,7,9,(6),(12)			1,7,9,(10)			1,5,6,7,(8),(11),(12)			1,3,9,15,(12)				
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Kenőmájas Korpás kenyér Uborkával			Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Paradicsommal			Magyaros vajkrémés Korpás zsemle Paprikával			Kockasajt Korpás kifli			Helyben sült sajtkrémés rúd Zabrudai		
		Energia: 200.79 Kcal / 839.30 KJ			Energia: 200.92 Kcal / 839.85 KJ			Energia: 216.48 Kcal / 904.89 KJ			Energia: 201.34 Kcal / 841.60 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.80 g	5.80 g	2.17 g	7.28 g	6.03 g	2.42 g	5.44 g	8.41 g	4.00 g	9.52 g	7.02 g	3.79 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.12 g	2.20 g	0.93 g	29.34 g	0.00 g	0.58 g	29.50 g	0.00 g	0.51 g	24.78 g	0.00 g	1.06 g	33.28 g	0.00 g	1.09 g		
1,(6),(7),(10)			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-csillagfűrt	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 Arrabona Zrt.
9024 Győr Hunyadi u. 14.
Lélek City Center "A" irodaház
Cseporthoz adás szám: 17783405-S-13

.....#8.....
Élelmézszevető