


Heti étlap 2022.11.28 - 2022.12.02.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Bölcsőde 1-3 éves	Tej Kalács			Barackos tea Sajtkrém Félbarna kenyér Póréhagymával			Almás fahéjas tea Kenőmájasos Rozskenyér Paradicsommal			Tej Margarinos Kakaós kifli			Kakaó Margarinos Félbarna kenyér Reszelt sajt szóráttal		
		Energia: 356.01 Kcal / 1,488.12 KJ			Energia: 325.42 Kcal / 1,360.26 KJ			Energia: 234.96 Kcal / 982.13 KJ			Energia: 253.69 Kcal / 1,060.42 KJ			Energia: 269.61 Kcal / 1,126.97 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		13.44 g	14.24 g	6.91 g	10.70 g	9.19 g	4.34 g	9.05 g	4.70 g	2.51 g	6.84 g	6.40 g	3.44 g	7.38 g	7.22 g	3.89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
43.12 g	0.00 g	1.43 g	49.58 g	12.43 g	0.79 g	38.85 g	7.99 g	0.58 g	41.83 g	9.99 g	1.38 g	43.40 g	9.99 g	1.23 g		
1,7			1,3,7			1,7			1,7			1,7				
Tízórai	Bölcsőde 1-3 éves	Mandarin			Alma			Körte			Banán			Alma		
		Energia: 19.37 Kcal / 80.97 KJ			Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 36.98 Kcal / 154.58 KJ			Energia: 26.50 Kcal / 110.77 KJ			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		0.40 g	0.50 g	0.00 g	0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.89 g	0.29 g	0.01 g	0.20 g	0.15 g	0.00 g	0.65 g	0.05 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
3.00 g	0.00 g	0.00 g	3.50 g	0.00 g	0.01 g	7.27 g	0.00 g	0.13 g	6.00 g	0.00 g	0.00 g	12.10 g	0.00 g	0.03 g		
1,3,7,8,9,(5)			1,3,7			1,3,7,9			1,3,4,7,9			1				
Ebéd	Bölcsőde 1-3 éves	Paradicsomleves Betűtészta Tarhonyáshús Céklasalátával			Gyümölcsleves Burgonyafőzelék Vagdalttal Félbarna kenyérral			Zellerkrémleves Pírtott kenyérrakottával Olaszos rakott tészta			Gyümölcsleves Brokkolifőzelék Tojásfasírttal Félbarna kenyérral			Tárkonyos sertésragu leves Aranygaluska Vaníliásodóval Mandarin		
		Energia: 496.96 Kcal / 2,077.29 KJ			Energia: 509.09 Kcal / 2,128.00 KJ			Energia: 436.26 Kcal / 1,823.57 KJ			Energia: 287.88 Kcal / 1,203.34 KJ			Energia: 340.84 Kcal / 1,424.71 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		15.27 g	19.09 g	3.81 g	18.77 g	21.70 g	5.57 g	15.03 g	7.38 g	2.39 g	19.36 g	7.36 g	1.90 g	12.22 g	9.23 g	3.17 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
66.28 g	18.15 g	0.77 g	58.89 g	2.48 g	3.00 g	76.55 g	34.47 g	0.67 g	35.31 g	16.58 g	1.68 g	51.06 g	3.08 g	2.60 g		
1,3,7,8,9,(5)			1,3,7			1,3,7,9			1,3,4,7,9			1				
Uzsonna	Bölcsőde 1-3 éves	Citromos tea Margarinos Korpás kenyér Toast felvágottal			Tej Margarinos Kifli Baracklevárral			Tej Helyben sült vaníliakrém táska Alma			Erdei gyümölcsös tea Magyaros vajkrém Zsemle Jégcsapretekkel			Csipkebogyó tea Margarinos Graham kenyér Pulykasonkával		
		Energia: 209.49 Kcal / 875.67 KJ			Energia: 115.30 Kcal / 481.95 KJ			Energia: 234.79 Kcal / 981.42 KJ			Energia: 332.48 Kcal / 1,389.77 KJ			Energia: 541.25 Kcal / 2,262.43 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		6.43 g	7.26 g	2.68 g	3.32 g	1.79 g	0.49 g	7.65 g	5.50 g	1.97 g	15.68 g	12.20 g	6.89 g	11.18 g	24.32 g	7.91 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.48 g	10.00 g	1.13 g	21.26 g	9.74 g	0.06 g	38.51 g	10.00 g	0.99 g	39.60 g	0.00 g	1.44 g	68.58 g	18.16 g	0.91 g		
1,(7)			1,3,7			1,(7)			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-szulfit

13-csillagfűrt
14-puhatestűek

15-mesterséges édesítőszer
16-édesgyökér

.....
Élelmiszevezető