


Heti étlap 2024.12.02 - 2024.12.07.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat		
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Epres tej Fatörzs kifli			Barackos tea Sült paprikakrém Teljes kiőrlésű kenyér			Citromos tea Kenőmájásos Zsemle Uborkával			Gyümölcsle Főtt tojáskarika Rozskenyér Margarinnal			Tej Mogyorókrém Zsemle			Erdei gyümölcsös tea Sült hagymakrém Korpás kenyér		
		Energia: 410.68 Kcal / 1,716.64 KJ			Energia: 292.85 Kcal / 1,224.11 KJ			Energia: 289.66 Kcal / 1,210.78 KJ			Energia: 218.40 Kcal / 912.91 KJ			Energia: 359.35 Kcal / 1,502.08 KJ			Energia: 246.39 Kcal / 1,029.91 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.81 g	9.25 g	4.20 g	6.61 g	7.65 g	3.33 g	7.69 g	5.82 g	2.30 g	8.88 g	5.48 g	6.04 g	13.98 g	9.80 g	1.94 g	4.61 g	8.06 g	3.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
67.56 g	20.78 g	0.89 g	48.97 g	19.98 g	0.48 g	51.25 g	22.18 g	0.74 g	33.06 g	2.88 g	0.83 g	53.38 g	9.60 g	0.27 g	38.48 g	10.00 g	0.95 g		
1,3,7			1,7			1,(6),(7),(10)			1,3,(7)			1,5,6,7,8			1,7				
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Tojásleves Füstölt sajtos-brokkolis pulykaragu Párolt rizszel			Vajgaluska leves Kapos tökfőzelék Virslipörkölttel Félbarna kenyérrrel			Tárkonyos raguleves Tejberizs Kakaó szórattal Mandarin			Paradicsomleves Rántott hal szezámmagos bundában Burgonyapürével			Téli fűszeres meggyleves Eatrend burger			Magyaros karfiolleves Pásztorbúlgur Vegyes vágottal		
		Energia: 577.39 Kcal / 2,413.49 KJ			Energia: 310.43 Kcal / 1,297.60 KJ			Energia: 461.69 Kcal / 1,929.86 KJ			Energia: 518.20 Kcal / 2,166.08 KJ			Energia: 598.98 Kcal / 2,503.74 KJ			Energia: 364.48 Kcal / 1,523.53 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		21.85 g	28.22 g	5.86 g	14.89 g	23.38 g	7.45 g	16.59 g	8.10 g	2.90 g	19.89 g	17.09 g	3.37 g	18.54 g	25.51 g	4.37 g	16.32 g	14.52 g	4.57 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
59.27 g	0.02 g	1.37 g	44.19 g	7.00 g	1.28 g	80.86 g	27.48 g	1.39 g	69.41 g	3.06 g	1.50 g	70.54 g	16.80 g	1.36 g	43.65 g	0.01 g	1.49 g		
1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,3,7,9			1,7,9			1,3,4,7,9,11			1,3,7,10,11,(6),(8),(12)			1,9,15,(10),(12)				
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Sertés párizsis Rozskenyér Margarinnal Paprikával			Helyben sült csokoládékrém rúd Alma			Füstölt lencsekrém Félbarna kenyér			Gyümölcsjoghurt Korpás kifli			Bécsi felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Paradicsommal			Helyben sült sajtkrém rúd		
		Energia: 218.32 Kcal / 912.58 KJ			Energia: 417.51 Kcal / 1,745.19 KJ			Energia: 222.99 Kcal / 932.10 KJ			Energia: 292.14 Kcal / 1,221.15 KJ			Energia: 243.82 Kcal / 1,019.17 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.68 g	6.78 g	6.80 g	12.31 g	27.06 g	10.07 g	6.97 g	6.70 g	3.09 g	10.93 g	6.56 g	3.20 g	8.82 g	8.80 g	3.38 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	Szénhidrát	Cukor	Só
30.58 g	0.00 g	1.22 g	30.16 g	0.00 g	1.40 g	33.52 g	0.00 g	0.40 g	46.73 g	12.99 g	1.05 g	32.24 g	0.00 g	0.90 g	33.28 g	0.00 g	1.09 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,7,10,(3),(6),(11),(12)			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.
 Lóerő City Center „A” Irodaház
 Csepporvos adószám: 17783408-5-13
 Élelmezésvizető