

Heti étlap 2025.01.13. - 2020.01.17.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvoda 4 - 6 éves	Téli varázslat tea Magyaros vajkrémes Félbarna kenyér Póréhagymakarikával			Tej Varázsszívószál Kifli			Meggyes tea Barackos túrókrémes Teljes kiőrlésű kenyér			Kakaó Kalács			Citromos tea Majonézes tonhalkrémes Rozskenyér Paprikával		
		Energia: 350.69 Kcal / 1,465.88 KJ			Energia: 206.34 Kcal / 862.50 KJ			Energia: 216.56 Kcal / 905.22 KJ			Energia: 359.33 Kcal / 1,502.00 KJ			Energia: 313.31 Kcal / 1,309.64 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.03 g	8.72 g	4.05 g	11.27 g	3.54 g	1.89 g	7.77 g	2.24 g	0.87 g	13.47 g	8.80 g	4.02 g	6.78 g	9.87 g	7.54 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
60.52 g	27.98 g	0.00 g	38.62 g	5.02 g	0.76 g	41.00 g	11.73 g	0.09 g	56.27 g	13.84 g	0.84 g	48.91 g	20.38 g	0.66 g		
1,7		1,6,7			1,7			1,3,7			1,3,4,7,10					
Ebéd	Óvoda 4 - 6 éves	Fokhagymakrémleves Píritott kenyérbarkával Csikós tokány Párolt rizszel			Frankfurti leves Sajtos-Tejfölös tészta Alma			Citromos almaleves Zöldfűszeres Csirkemell Burgonyapürével			Tejfölös zöldbableves Tarhonyashús Céklasalátával			Tojásleves Zöldborsó főzelék Panírozott dinóval Félbarna kenyérral		
		Energia: 647.86 Kcal / 2,708.05 KJ			Energia: 434.17 Kcal / 1,814.83 KJ			Energia: 411.24 Kcal / 1,718.98 KJ			Energia: 522.91 Kcal / 2,185.76 KJ			Energia: 379.92 Kcal / 1,588.07 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		18.59 g	34.83 g	9.04 g	18.63 g	18.88 g	8.58 g	22.54 g	9.27 g	2.90 g	20.57 g	22.80 g	6.52 g	13.96 g	12.32 g	1.88 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64.61 g	0.01 g	1.79 g	58.17 g	0.03 g	5.28 g	62.16 g	11.61 g	3.23 g	58.26 g	3.22 g	1.68 g	53.50 g	12.06 g	0.77 g		
1,7,9		1,7,(3),(6),(9),(12)			1,7,(10)			1,3,7,9,15,(12)			1,3,7,9					
Uzsonna	Óvoda 4 - 6 éves	Csokoládékrémes rúd			Olasz felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Paprikával			Margarinos Zsemle Sajt szelettel Kígyóborkával			Csirkemellsonkás Rozskenyér Margarinnal			Gyümölcsös joghurt Korpás kifli		
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 231.17 Kcal / 966.29 KJ			Energia: 227.38 Kcal / 950.45 KJ			Energia: 180.99 Kcal / 756.54 KJ			Energia: 292.14 Kcal / 1,221.15 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.71 g	26.46 g	10.07 g	8.60 g	8.97 g	3.23 g	10.19 g	7.70 g	4.60 g	8.96 g	3.55 g	5.22 g	10.93 g	6.56 g	3.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
19.66 g	0.00 g	1.38 g	28.94 g	0.00 g	0.98 g	29.27 g	2.75 g	0.53 g	28.29 g	0.00 g	1.13 g	46.73 g	12.99 g	1.05 g		
1,7,(3),(6),(8),(11),(12)		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-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Eatrend Kft.
 2790 Alhórtisa, Perli út 65.
 Csoportos adószám: 11/83708-5-13
 Adószám: 11893560-4-13
 Élelmézszevető