


Heti étlap 2025.01.20. - 2025.01.24.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvoda 4 - 6 éves	Epres tej Mézes Félbarna kenyér Margarinnal			Ivólé Sárgarépas sajtvarázskrémös Rozskenyér			Citromos tea Padlizsánkrémös Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával			Csipkebogyós tea Tavaszi felvágottos Rozskenyér Margarinnal Paradicsommal			Barackos tea Körözöttes Korpás zsemle Kígyóborkával		
		Energia: 193.96 Kcal / 810.75 KJ			Energia: 222.36 Kcal / 929.46 KJ			Energia: 308.16 Kcal / 1,288.11 KJ			Energia: 281.55 Kcal / 1,176.88 KJ			Energia: 252.61 Kcal / 1,055.91 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.48 g	2.61 g	1.10 g	6.72 g	7.68 g	7.42 g	6.05 g	10.35 g	4.07 g	7.99 g	5.98 g	6.15 g	8.10 g	2.10 g	1.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
37.12 g	8.29 g	0.06 g	31.06 g	2.88 g	0.90 g	47.29 g	23.13 g	0.60 g	48.72 g	19.99 g	1.07 g	49.97 g	22.73 g	0.93 g		
1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,(7)			1,7				
Ebéd	Óvoda 4 - 6 éves	Kerti zöldségleves Carbonara spagetti Reszelt sajt szórattal			Reszelt tészta leves Burgonyafőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral			Zselici húsos leves Tejbegríz Kakaó szórattal Narancs			Sajtkrémleves Nachos-szal Mediterrán sertésragu Spanyol rizszel			Csontleves Cérnametéllel Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával		
		Energia: 484.79 Kcal / 2,026.42 KJ			Energia: 452.09 Kcal / 1,889.74 KJ			Energia: 391.89 Kcal / 1,638.10 KJ			Energia: 565.26 Kcal / 2,362.79 KJ			Energia: 442.96 Kcal / 1,851.57 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		27.47 g	18.83 g	7.02 g	18.31 g	15.50 g	5.29 g	15.75 g	6.02 g	2.49 g	19.15 g	25.97 g	7.28 g	14.91 g	17.94 g	4.36 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
51.15 g	0.01 g	7.61 g	58.74 g	0.00 g	1.21 g	68.38 g	34.47 g	0.94 g	63.33 g	0.11 g	1.35 g	54.59 g	8.01 g	1.94 g		
1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)			1,3,7			1,7,9			1,7,9,(10)			1,3,9				
Uzsonna	Óvoda 4 - 6 éves	Paprikás szalámis Korpás zsemle Margarinnal Paprikával			Meggyes táska			Sertés párizsis Zsemle Margarinnal			Sajtkrémös rúd			Csokoládés puding Kifli		
		Energia: 208.22 Kcal / 870.36 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 196.54 Kcal / 821.54 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.96 g	7.01 g	2.64 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	7.08 g	5.99 g	2.41 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.28 g	0.00 g	0.97 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g	28.54 g	0.00 g	0.58 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(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-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

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