

Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Bölcsőde 1 - 3 éves	Barackos tea Sárgarépas sajtkrémes Zsemle Paprikával			Kakaó Kifli			Barackos tea Áttört vöröslencsekrémes Félbarna kenyér Póréhagymakarikával			Tej Margarinos Teljes kiőrlésű kenyér Főtt tojáskarikákkal Kígyóborkával			Tej Túró rudi krémes Kifli		
		Energia: 214.37 Kcal / 896.07 KJ			Energia: 220.17 Kcal / 920.31 KJ			Energia: 190.10 Kcal / 794.62 KJ			Energia: 238.38 Kcal / 996.43 KJ			Energia: 231.19 Kcal / 966.37 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.49 g	7.08 g	4.02 g	9.05 g	4.50 g	2.39 g	6.80 g	6.44 g	3.57 g	11.75 g	9.12 g	4.02 g	10.63 g	5.92 g	3.15 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.85 g	1.00 g	0.27 g	35.76 g	5.00 g	0.58 g	26.11 g	1.00 g	0.19 g	27.25 g	0.11 g	0.37 g	33.57 g	2.33 g	0.59 g		
1,7			1,7			1,7,10,(12)			1,3,7			1,7,(5),(8)				
Tízórai	Bölcsőde 1 - 3 éves	Alma			Banán			Körte			Narancs			Körte		
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 104.97 Kcal / 438.77 KJ			Energia: 26.50 Kcal / 110.77 KJ			Energia: 20.71 Kcal / 86.57 KJ			Energia: 26.50 Kcal / 110.77 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.20 g	0.20 g	0.00 g	1.30 g	0.10 g	0.00 g	0.20 g	0.15 g	0.00 g	0.30 g	0.10 g	0.00 g	0.20 g	0.15 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
3.50 g	0.00 g	0.01 g	24.20 g	0.00 g	0.06 g	6.00 g	0.00 g	0.00 g	4.25 g	0.00 g	0.00 g	6.00 g	0.00 g	0.00 g		
1,3,9			1,3,7			1,7,(10)			1,3,7			1,3,4,7,9				
Ebéd	Bölcsőde 1 - 3 éves	Paradicsomleves Betűtésztaival Pulyka tokány Bulgurral			Tojásleves Finomfőzelék Májfasírttal			Hagymakrémléves Pírtott kenyérbarkával Párolt csirkemell Burgonyapürével Párolt zöldséggel			Gyümölcsle Salátafőzelék Daráltlenmagos fasírttal Alma			Citromos almaleves Tonhalas penne Reszelt sajttal		
		Energia: 380.21 Kcal / 1,589.28 KJ			Energia: 424.82 Kcal / 1,775.75 KJ			Energia: 396.12 Kcal / 1,655.78 KJ			Energia: 350.23 Kcal / 1,463.96 KJ			Energia: 418.85 Kcal / 1,750.79 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		16.14 g	14.90 g	2.11 g	19.48 g	23.78 g	3.92 g	17.62 g	17.92 g	3.65 g	13.24 g	19.19 g	3.13 g	18.78 g	19.16 g	4.95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
47.30 g	3.50 g	1.23 g	32.58 g	2.00 g	0.72 g	34.10 g	0.11 g	0.88 g	30.32 g	7.58 g	0.94 g	45.95 g	5.00 g	1.02 g		
1,3,9			1,3,7			1,7,(10)			1,3,7			1,3,4,7,9				
Uzsonna	Bölcsőde 1 - 3 éves	Tej Fahéjas csiga			Egres tea Toast felvágottas Rozskenyér Margarinnal Paradicsommal			Tej Sajtkrémes rúd			Meggyes tea Csirkemellsonkás Zsemle Margarinnal			Csipkebogyós tea Zsemle Kockasajttal Paprikával		
		Energia: 237.99 Kcal / 994.80 KJ			Energia: 152.82 Kcal / 638.79 KJ			Energia: 254.43 Kcal / 1,063.52 KJ			Energia: 178.82 Kcal / 747.47 KJ			Energia: 219.59 Kcal / 917.89 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.56 g	8.91 g	3.37 g	7.64 g	2.98 g	4.00 g	13.09 g	6.51 g	5.89 g	7.30 g	2.78 g	1.17 g	9.31 g	6.71 g	3.85 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.60 g	5.50 g	0.34 g	23.82 g	2.00 g	0.88 g	41.23 g	0.00 g	1.86 g	31.13 g	2.00 g	0.44 g	30.25 g	0.50 g	0.76 g		
1,7			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 3-tojás
 2-rák 4-hal
Quadro Byte Zrt

5-földimogyoró
 6-szója

7-tejtermék,laktóz
 8-diófélék

9-zeller 11-szezám
 10-mustár 12-kéndioxid-szulfit

13-csillagfűrt
 14-puhatestűek

15-mesterséges édesítőszer
 16-édesgyökér

Eatrend Kft.
Jó étvágyat kívánunk!
 Csoportos adatszám: 17/83408-5-13
 Adószám: 18995660-4-13

Élelmézesvezető