


Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvoda 4 - 6 éves	Barackos tea Sárgarépás sajtkrémés Teljes kiőrlésű kenyér			Kakaó Kifli			Barackos tea Magyaros vajkrémés Rozskenyér Alma			Citromos tea Padlizsánkrémés Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával			Tej Túró rudi krémés Rozskenyér		
		Energia: 281.05 Kcal / 1,174.79 KJ			Energia: 246.88 Kcal / 1,031.96 KJ			Energia: 334.98 Kcal / 1,400.22 KJ			Energia: 308.16 Kcal / 1,288.11 KJ			Energia: 283.87 Kcal / 1,186.58 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.65 g	7.46 g	3.32 g	10.75 g	3.30 g	1.74 g	7.32 g	9.42 g	8.39 g	6.05 g	10.35 g	4.07 g	14.64 g	5.37 g	6.87 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
46.41 g	19.98 g	0.34 g	43.40 g	9.99 g	0.68 g	54.55 g	19.98 g	0.71 g	47.29 g	20.49 g	0.60 g	43.90 g	2.83 g	0.98 g		
1,7		1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,7,(5),(8)					
Ebéd	Óvoda 4 - 6 éves	Paradicsomleves Betűtészta Csikós tokány Párolt rizszel			Tojásleves Zöldborsó főzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Lencseleves Dejős tészta			Póréhagyma-krémleves Pírtott kenyérbarkával Párolt sertésszelet Burgonyapürével Párolt zöldséggel			Citromos almaleves Tonhalas spagetti Reszelt sajttal		
		Energia: 587.33 Kcal / 2,455.04 KJ			Energia: 365.78 Kcal / 1,528.96 KJ			Energia: 553.41 Kcal / 2,313.25 KJ			Energia: 410.66 Kcal / 1,716.56 KJ			Energia: 626.70 Kcal / 2,619.61 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.57 g	28.44 g	7.39 g	20.90 g	23.66 g	6.34 g	22.96 g	15.43 g	2.52 g	20.36 g	14.10 g	3.88 g	26.50 g	26.75 g	9.35 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64.53 g	3.00 g	2.10 g	52.24 g	12.00 g	0.69 g	80.00 g	10.49 g	5.04 g	40.45 g	0.04 g	4.62 g	73.04 g	16.40 g	6.24 g		
1,3,7,9		1,3,7			1,3,7,8,10,(5),(12)			1,7,(3),(6),(10),(12)			1,3,4,7,(6),(12)					
Uzsonna	Óvoda 4 - 6 éves	Csokoládékrémés rúd			Mátrai diákcsemegés Rozskenyér Margarinnal Paprikával			Sajtkrémés rúd			Csirkemellsonkás Zsemle Margarinnal			Kifli Kockasajttal		
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 192.68 Kcal / 805.40 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 176.01 Kcal / 735.72 KJ			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 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	8.48 g	3.98 g	5.71 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	8.10 g	2.91 g	1.21 g	7.94 g	6.53 g	3.82 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	30.71 g	0.00 g	1.09 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	29.34 g	0.00 g	0.55 g	23.30 g	0.00 g	1.11 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-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Eatrend Kft.
 2780 Alhosszra, Perli út 65.
 Csoportos adószám: 11/83208-5-13
 Adószám: 11893560-4-13
 Élelmiszevizsgáló