

Heti étlap 2025.04.21. - 2025.04.25.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	Óvoda 4 - 6 éves	ÜNNEPNAP			Tej(7) Baracklekváros Félbarna kenyér(1) Margarinnal			Meggyes tea Petrezselymes tojáskrém(10,3,7) Teljes kiőrlésű kenyér(1)			Limonádé Hot-dog(1,7)			Almás-fahéjas tea Spenótos fetakrém(7) Rozskenyér(1) Alma		
					Energia: 285.52 Kcal / 1,193.47 KJ			Energia: 239.23 Kcal / 999.98 KJ			Energia: 135.75 Kcal / 567.44 KJ			Energia: 342.07 Kcal / 1,429.85 KJ		
					Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
					12.24 g	5.55 g	2.70 g	6.57 g	7.33 g	2.47 g	11.29 g	12.32 g	4.70 g	6.99 g	7.85 g	7.37 g
					Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
			46.50 g	7.13 g	0.33 g	36.57 g	9.99 g	0.30 g	29.14 g	5.99 g	0.63 g	60.15 g	27.98 g	0.72 g		

Ebéd	Óvoda 4 - 6 éves				Tavaszi zöldségkrémleves(9,1,7) Levesgyönggyel(3,1,7) Sertéspörkölt(1) Párolt rizszel			Csángógulyás(1,7) Vaníliás piskóta(3,1,7) Csokoládé sodóval(15,7)			Magyaros karalábéleves(1) Rakott kelkáposzta bulgurral(1,7)			Paradicsomleves(9,1) Betűtészta(3,1) Görög rakott burgonya csirkemellből(3,1)		
					Energia: 599.40 Kcal / 2,505.49 KJ			Energia: 640.44 Kcal / 2,677.04 KJ			Energia: 432.50 Kcal / 1,807.85 KJ			Energia: 405.55 Kcal / 1,695.20 KJ		
					Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
					17.29 g	29.96 g	7.73 g	17.48 g	26.26 g	6.85 g	19.48 g	23.43 g	6.68 g	23.43 g	5.57 g	1.65 g
					Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
			64.57 g	0.11 g	1.79 g	83.52 g	39.26 g	1.69 g	37.37 g	0.03 g	3.90 g	64.33 g	3.14 g	2.88 g		

Uzsonna	Óvoda 4 - 6 éves				Sajtos rúd (1,7)			Bécsi felvágottas Rozskenyér(1) Margarinnal			Diákcsomag Korpás zsemle(1) Margarinnal Kígyóborkával			Kifli(1) Gyümölcsös joghurt(7)		
					Energia: 99.71 Kcal / 416.79 KJ			Energia: 225.84 Kcal / 944.01 KJ			Energia: 185.86 Kcal / 776.89 KJ			Energia: 275.39 Kcal / 1,151.13 KJ		
					Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
					4.84 g	1.40 g	2.19 g	8.30 g	9.15 g	7.33 g	6.47 g	4.90 g	2.13 g	9.35 g	6.07 g	3.23 g
					Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
			17.00 g	0.00 g	1.02 g	27.51 g	0.00 g	1.54 g	28.96 g	0.11 g	0.90 g	45.25 g	22.45 g	0.90 g		

Az étlanváltoztatás iogát fenntartiu! Az esetleges változásokról az érintett intézménveket értesitiük.

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.
2798 Alkars, Déri út 65.
Csoportos adószám: 1783708-5-13
Adószám: 1489360-4-13
Élelmezésvezető