


Heti étlap 2024.12.16. - 2024.12.20.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvoda 4 - 6 éves	Csokis tej Kifli			Barackos tea Sütőtökös sajtkrém Rozskenyér			Csipkebogyós tea Paprikás szalámis Rozskenyér Margarinnal			Tej Margarinos Rozskenyér Sajt szelettel Paradicsommal			Citromos tea Tonhalkrém Félbarna kenyér		
		Energia: 290.11 Kcal / 1,212.66 KJ			Energia: 300.26 Kcal / 1,255.09 KJ			Energia: 289.89 Kcal / 1,211.74 KJ			Energia: 330.86 Kcal / 1,382.99 KJ			Energia: 309.08 Kcal / 1,291.95 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.57 g	3.29 g	1.73 g	6.72 g	8.66 g	7.92 g	7.68 g	7.60 g	6.65 g	17.80 g	11.35 g	10.06 g	6.31 g	9.35 g	3.57 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54.22 g	19.98 g	0.68 g	48.44 g	19.98 g	1.07 g	47.48 g	19.99 g	1.10 g	39.19 g	0.00 g	1.37 g	49.48 g	20.38 g	0.02 g		
1,7			1,7			1,(7)			1,7			1,3,4,7,10				
Ebéd	Óvoda 4 - 6 éves	Erőleves Párolt sertésszelet Almamártással Pírtott darával			Almás-fahéjas szilvaleves Marhapörkölt Galuskával Vegyes vágottal			Füstölt sajtos Karfiolkrémleves Levesgyönggyel Narancsos mézes kakukkfűves csirkecomb Vegyes körettel			Zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szórattal Alma			Szárzabbaleves Félbarna kenyérral Mákos piskóta Meggyraguval		
		Energia: 313.58 Kcal / 1,310.76 KJ			Energia: 589.46 Kcal / 2,463.94 KJ			Energia: 613.83 Kcal / 2,565.81 KJ			Energia: 522.94 Kcal / 2,185.89 KJ			Energia: 726.84 Kcal / 3,038.19 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.96 g	10.74 g	2.98 g	20.05 g	24.03 g	6.19 g	40.69 g	26.14 g	6.86 g	24.26 g	22.30 g	7.51 g	16.53 g	20.16 g	3.17 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
45.40 g	9.00 g	2.30 g	73.55 g	8.79 g	4.02 g	43.98 g	0.58 g	3.44 g	55.39 g	1.54 g	5.77 g	118.67 g	46.46 g	1.66 g		
1,7,9,(10)			1,3,7,15,(10),(12)			1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,9				
Uzsonna	Óvoda 4 - 6 éves	Soproni felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Paprikával			Sonkás-sajtos pizzaszelet			Csokoládépuding Kifli			Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal			Párizsis Korpás zsemle Margarinnal Paprikával		
		Energia: 231.17 Kcal / 966.29 KJ			Energia: 267.80 Kcal / 1,119.40 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 220.86 Kcal / 923.19 KJ			Energia: 201.44 Kcal / 842.02 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.60 g	8.97 g	3.23 g	15.74 g	11.09 g	4.91 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g	7.44 g	8.51 g	3.32 g	7.38 g	6.07 g	2.41 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.94 g	0.00 g	0.98 g	26.13 g	3.03 g	1.92 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g	28.56 g	0.00 g	0.96 g	29.29 g	0.00 g	1.03 g		
1,(7)			1,3,7			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.
 2730 Albertirsai, Realit 165.
 Csoportos előzetes: 1783906-5-13
 Adószám: 14893660-4-13

 Élelmezésvezető