


Heti étlap 2024.04.22.-2024.04.26.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Tej Mézes Félbarna kenyér Margarinnal			Erdei gyümölcsstea Diákcsomag Korpás kenyér Margarinnal Paradicsommal			Barackos tea Gyümölcsjoghurt Kifli			Citromos tea Főtt tojáskarikás Rozskenyér Margarinnal			Kakaó Kalács		
		Energia: 588.70 Kcal / 2,460.77 KJ			Energia: 220.91 Kcal / 923.40 KJ			Energia: 329.24 Kcal / 1,376.22 KJ			Energia: 286.13 Kcal / 1,196.02 KJ			Energia: 382.23 Kcal / 1,597.72 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		22.08 g	9.70 g	4.60 g	5.76 g	4.94 g	1.82 g	9.44 g	6.09 g	3.23 g	8.89 g	5.51 g	6.04 g	14.06 g	9.53 g	4.36 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
102.96 g	24.30 g	0.53 g	38.20 g	10.00 g	0.58 g	58.45 g	26.18 g	0.44 g	50.05 g	19.98 g	0.54 g	59.61 g	14.19 g	0.50 g		
1,7			1,(7)			1,7			1,3,(7)			1,3,7				
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Füstölt sajtos karfiolkrémleves Levesgyönggyel Rántott halrúd Kukoricás rizzsel Tartármártással			Vajgaluska leves Zöldborsós sertésragu Tarhonyával			Paradicsomleves Betűtészta Gyrostál Vitaminsalátával			Jókai bableves Morzsás nudli Baracklevárral Porcukor szórattal Alma			Csontleves Cérumetéllel Burgonyafőzelék Bécsi virslivel Félbarna kenyérral		
		Energia: 1,347.37 Kcal / 5,632.01 KJ			Energia: 501.72 Kcal / 2,097.19 KJ			Energia: 536.86 Kcal / 2,244.07 KJ			Energia: 666.13 Kcal / 2,784.42 KJ			Energia: 265.96 Kcal / 1,111.71 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		49.04 g	82.22 g	15.19 g	19.53 g	22.77 g	6.09 g	24.93 g	13.78 g	3.95 g	20.83 g	10.36 g	2.74 g	16.35 g	15.04 g	5.34 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
101.60 g	27.70 g	1.38 g	54.00 g	0.02 g	1.36 g	77.10 g	10.83 g	1.46 g	119.99 g	22.48 g	1.32 g	50.23 g	0.02 g	1.26 g		
1,3,4,7,9,10,(6),(11),(12)			1,3,9,(7)			1,3,7,9,(10)			1,7,9,(12)			1,3,7,9				
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Turista felvágottas Korpás zsemle Margarinnal Paprikával			Helyben sült csokoládékrém rúd Narancs			Szendvics sonkás Graham kenyér Margarinnal Uborkával			Sajtos kifli Margarinnal Paradicsommal			Baromfi párizsis Korpás zsemle Margarinnal Jégcsapretekkel		
		Energia: 431.71 Kcal / 1,804.55 KJ			Energia: 406.74 Kcal / 1,700.17 KJ			Energia: 205.65 Kcal / 859.62 KJ			Energia: 130.96 Kcal / 547.41 KJ			Energia: 199.36 Kcal / 833.32 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.96 g	14.90 g	5.69 g	12.31 g	26.66 g	10.07 g	10.70 g	2.90 g	1.16 g	3.96 g	2.32 g	1.01 g	7.30 g	6.01 g	2.42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.32 g	0.00 g	0.81 g	28.16 g	0.00 g	0.49 g	34.14 g	2.20 g	0.56 g	23.60 g	0.00 g	0.57 g	29.07 g	3.12 g	0.74 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(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	

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Ararabona Zrt.
 9024 Győr Hunyadi u. 14.
 Lejár: "Gly-Center A" Irodaház
 Cseportos adószám: 17733405-5-13
*66*.....
 Élelmezésvezető