


Heti étlap 2024.05.06.-2024.05.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 eatrend Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Citromos limonádé Zala felvágottas Rozskenyér Margarinnal Paprikával	Tej Mini kuglóf	Barackos tea Sertés párizsis Korpás kenyér Margarinnal	Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrém Korpás kenyér Uborkával	Tej Briós										
		Energia: 242.91 Kcal / 1,015.36 KJ	Energia: 563.26 Kcal / 2,354.43 KJ	Energia: 272.69 Kcal / 1,139.84 KJ	Energia: 284.54 Kcal / 1,189.38 KJ	Energia: 234.07 Kcal / 978.41 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.06 g	6.37 g	6.59 g	16.94 g	20.50 g	13.83 g	6.84 g	6.10 g	2.28 g	4.95 g	12.36 g	3.11 g	10.41 g	6.22 g	2.95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
36.99 g	5.99 g	0.46 g	76.40 g	21.50 g	0.43 g	47.41 g	19.98 g	0.52 g	37.91 g	12.20 g	0.54 g	33.84 g	5.54 g	0.53 g		
1,(7)		7		1,(7)		1,3,4,7,10		1,3,7								
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Zöldborsóleves Burgonyafőzelék Bécsi virslivel Félbarna kenyérral	Brokkolikrémleves Levesgyönggyel Hentes tokány Párolt rizszel	Legényfogó leves Mákos tészta Körte	Magyaros gombaleves Sárgaborsó főzelék Fasírttal Félbarna kenyérral	Erőleves Cérnametéllel Marhapörkölt Tarhonyával Csemege uborkával										
		Energia: 303.13 Kcal / 1,267.08 KJ	Energia: 594.43 Kcal / 2,484.72 KJ	Energia: 495.40 Kcal / 2,070.77 KJ	Energia: 527.68 Kcal / 2,205.70 KJ	Energia: 507.30 Kcal / 2,120.51 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.62 g	17.92 g	6.08 g	18.86 g	29.36 g	8.29 g	17.27 g	9.61 g	2.09 g	25.39 g	22.67 g	5.69 g	20.74 g	21.53 g	5.17 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
52.17 g	0.04 g	1.16 g	62.81 g	0.28 g	1.13 g	84.44 g	13.74 g	1.05 g	55.26 g	0.01 g	1.22 g	56.99 g	0.00 g	1.20 g		
1,7,9		1,3,7,9,15,(12)		1,7,9,(3)		1,3,9		1,3,9,15,(12)								
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Sajtkrémés rúd Alma	Mátrai diákcsemege Félbarna kenyér Margarinnal Uborkával	Sajtkrémés Zsemle Paradicsommal	Poharas puding Kíflivel	Csirkemell sonkás Rozskenyér Margarinnal Salátalevéellel										
		Energia: 151.89 Kcal / 634.90 KJ	Energia: 126.26 Kcal / 527.77 KJ	Energia: 216.64 Kcal / 905.56 KJ	Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ	Energia: 194.28 Kcal / 812.09 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.44 g	2.00 g	2.19 g	4.66 g	4.84 g	2.05 g	6.00 g	8.09 g	4.72 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g	9.50 g	3.65 g	5.60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27.50 g	0.00 g	0.64 g	16.06 g	2.20 g	0.59 g	29.70 g	0.00 g	0.56 g	22.80 g	0.00 g	0.55 g	30.83 g	0.00 g	0.56 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	

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Ararabona Zrt.
 9024 Győr Hunyadi u. 14.
 Lakár "Gly Center A" irodaház
 Cseportos adószám: 1773405-5-13

Élelmezésvezető