


Heti étlap 2024.07.29.-2024.08.02.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Citromos limonádé Pulykamellsonkás Rozskenyér Margarinnal	Vaníliás tej Kifli Margarinnal	Narancsos limonádé Sertéspárizsis Korpás kenyér Margarinnal	Barackos tea Tonhalkrémes Félbarna kenyér Paprikával	Tej Baracklekváros Félbarna kenyér Margarinnal										
		Energia: 220.34 Kcal / 921.02 Kj		Energia: 266.39 Kcal / 1,113.51 Kj		Energia: 216.63 Kcal / 905.51 Kj		Energia: 354.77 Kcal / 1,482.94 Kj		Energia: 298.45 Kcal / 1,247.52 Kj						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.49 g	3.68 g	5.60 g	10.57 g	5.28 g	2.63 g	6.37 g	6.01 g	2.28 g	7.35 g	12.72 g	3.14 g	12.73 g	5.60 g	2.71 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
37.00 g	5.99 g	1.19 g	44.02 g	9.99 g	0.68 g	34.11 g	6.10 g	1.22 g	52.19 g	19.98 g	0.03 g	49.11 g	6.23 g	0.33 g		
1,(7)		1,7		1,(7)		1,3,4,7,10		1,7,(12)								
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Fokhagymakrémleves Levesgyönggyel Olaszos rakott tészta	Zöldborsó leves Hentes tokány Párolt rizszel	Legényfogó leves Kakaós csiga Görögdinnye	Hami gulyásleves Sárgaborsó főzelék Dino figurával Félbarna kenyérral	Erőleves Mexikói húsos babragu Félbarna kenyérral										
		Energia: 674.48 Kcal / 2,819.33 Kj		Energia: 539.43 Kcal / 2,254.82 Kj		Energia: 418.65 Kcal / 1,749.96 Kj		Energia: 374.36 Kcal / 1,564.82 Kj		Energia: 529.43 Kcal / 2,213.02 Kj						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		28.10 g	30.15 g	9.03 g	18.27 g	26.39 g	6.67 g	15.63 g	9.67 g	2.69 g	14.05 g	11.15 g	1.66 g	26.04 g	17.74 g	4.38 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
71.64 g	0.83 g	1.59 g	56.96 g	0.04 g	1.43 g	67.49 g	20.35 g	1.23 g	53.67 g	0.18 g	1.58 g	65.76 g	0.00 g	1.71 g		
1,3,7,9		1,9,15,(12)		1,3,7,9		1,9,(3),(6),(7),(12)		1,3,9								
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Helyben sült meggyes párna Alma	Mátrai diákcsemegés Graham kenyér Margarinnal Uborkával	Sajtkrém Zsemle Paradicsommal	Gyümölcsjoghurt Korpás kiflivel	Csirkemell sonkás Zsemle Margarinnal Uborkával										
		Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 Kj		Energia: 208.67 Kcal / 872.24 Kj		Energia: 216.94 Kcal / 906.81 Kj		Energia: 292.14 Kcal / 1,221.15 Kj		Energia: 176.42 Kcal / 737.44 Kj						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.78 g	18.27 g	4.87 g	7.78 g	5.14 g	1.96 g	5.40 g	8.39 g	4.01 g	10.93 g	6.56 g	3.20 g	8.14 g	2.92 g	1.21 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
39.98 g	18.16 g	0.67 g	32.77 g	2.20 g	1.42 g	29.70 g	0.00 g	0.06 g	46.73 g	12.99 g	1.05 g	29.39 g	0.00 g	0.55 g		
1,7,(3),(6),(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-puhatestűk	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Arrabona Zrt.
9024 Győr Hunyadi u. 14.
Lehr City Center "A" Irodaház
Csoportos adószám: 17733405-5-13

Élelmezésvezető