

Heti étlap 2022.11.28 - 2022.12.02

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|----------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------|-----------|--------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|--------------------------------------------------------------------|------------|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|
| | | Tízórai | | | Óvoda 4-6 éves | | | Óvoda 4-6 éves | | | Óvoda 4-6 éves | | | Óvoda 4-6 éves | | |
| Tízórai | Óvoda 4-6 éves | Tej Kalács | | | Barackos tea Natúr sajtkrémes Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagymakarikával | | | Almás-fahéjas tea Zala felvágottas Rozskenyér Margarinnal Uborkával | | | Tej Soproni felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal | | | Cspikebogyó tea Margarinos Zsemle Reszelt sajttal | | |
| | | Energia: 338.95 Kcal / 1,416.81 KJ | | | Energia: 305.66 Kcal / 1,277.66 KJ | | | Energia: 330.12 Kcal / 1,379.90 KJ | | | Energia: 336.50 Kcal / 1,406.57 KJ | | | Energia: 306.95 Kcal / 1,283.05 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 13.87 g | 9.31 g | 4.23 g | 7.44 g | 8.57 g | 4.62 g | 9.38 g | 6.37 g | 6.59 g | 15.42 g | 11.76 g | 4.82 g | 9.85 g | 7.87 g | 4.10 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 49.51 g | 4.20 g | 0.90 g | 49.28 g | 9.99 g | 0.82 g | 58.51 g | 9.99 g | 1.17 g | 42.04 g | 0.00 g | 2.37 g | 48.94 g | 13.99 g | 0.98 g | | |
| 1,3,7 | | | 1,7 | | | 1,(7) | | | 1,7 | | | 1,7 | | | | |
| Ebéd | Óvoda 4-6 éves | Paradicsom leves Tarhonyáshús Céklasalátával | | | Sárgaborsóleves Burgonyafőzelék Stefánia vagdalttal Félbarna kenyérral | | | Zellerkrém leves Levesgyönggyel Bolognai spagetti Reszelt sajttal | | | Tárkonyos zöldségleves Csikós tokány Párolt rizzsel Körte | | | Magyaros csipetkeleves Sült csirkecomb Petrezselymes burgonyával Vitaminalátával | | |
| | | Energia: 482.59 Kcal / 2,017.23 KJ | | | Energia: 538.00 Kcal / 2,248.84 KJ | | | Energia: 564.46 Kcal / 2,359.44 KJ | | | Energia: 518.15 Kcal / 2,165.87 KJ | | | Energia: 612.72 Kcal / 2,561.17 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 23.37 g | 12.65 g | 2.57 g | 23.81 g | 21.02 g | 4.58 g | 22.86 g | 23.97 g | 7.53 g | 17.51 g | 19.54 g | 4.26 g | 38.61 g | 21.89 g | 4.09 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 68.04 g | 6.20 g | 1.70 g | 62.57 g | 0.03 g | 3.22 g | 63.21 g | 1.77 g | 5.40 g | 67.63 g | 0.01 g | 1.87 g | 64.71 g | 4.13 g | 6.77 g | | |
| 1,3,9,15,(12) | | | 1,3,7,9 | | | 1,3,7,9,(6),(12) | | | 1,3,7,9 | | | 1,3,9,(10) | | | | |
| Uzsonna | Óvoda 4-6 éves | Toast felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Jégcsapretekkel | | | Mogyorókrémes Kifli | | | Vaníliás táska | | | Magyaros vajkrémes Korpás zsemle Jégcsapretekkel | | | Bécsi felvágottas Graham kenyér Margarinnal | | |
| | | Energia: 180.51 Kcal / 754.53 KJ | | | Energia: 216.39 Kcal / 904.51 KJ | | | Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ | | | Energia: 215.38 Kcal / 900.29 KJ | | | Energia: 244.26 Kcal / 1,021.01 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 8.68 g | 3.80 g | 1.40 g | 5.06 g | 6.48 g | 0.23 g | 11.71 g | 26.46 g | 10.07 g | 5.42 g | 8.37 g | 4.01 g | 8.80 g | 8.76 g | 3.19 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 27.97 g | 3.12 g | 0.99 g | 34.20 g | 9.60 g | 0.41 g | 19.66 g | 0.00 g | 1.38 g | 29.43 g | 3.12 g | 0.52 g | 32.46 g | 0.00 g | 1.93 g | | |
| 1,(7) | | | 1,5,6,7,8 | | | 1,7,(3),(6),(12) | | | 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-csillagfűrt | 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!


Élelmezésvezető