

Heti étlap 2024.12.02. - 2024.12.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat		
eatrend	Reggeli	Bölcsőde 1-3 éves																	
		Tej Fatörzs kifli			Barackos tea Sült paprikakrém Tejjes kiőrlésű kenyér			Tej Metélőhagymás túrókrém Félbarna kenyér			Tej Margarinos Rozskenyér Főtt tojáskarikákkal			Tej Csirkemellsonkás Félbarna kenyér Margarinnal Paprikával			Erdei gyümölcsös tea Álomsonka krém Zsemle Kígyóborkával		
		Energia: 386.54 Kcal / 1,615.74 KJ			Energia: 292.80 Kcal / 1,223.90 KJ			Energia: 303.63 Kcal / 1,269.17 KJ			Energia: 325.37 Kcal / 1,360.05 KJ			Energia: 313.55 Kcal / 1,310.64 KJ			Energia: 242.67 Kcal / 1,014.36 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		13.80 g	11.85 g	4.85 g	6.61 g	7.65 g	0.04 g	15.06 g	7.86 g	3.00 g	15.56 g	11.08 g	8.26 g	15.47 g	8.68 g	3.32 g	6.71 g	6.42 g	2.98 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
55.72 g 10.75 g 0.79 g			48.96 g 9.99 g 0.58 g			42.81 g 0.00 g 1.68 g			40.66 g 0.00 g 0.99 g			43.21 g 0.00 g 1.75 g			39.15 g 10.00 g 0.59 g				
1,3,7			1,7			1,7			1,3,7			1,7			1,7				
Tízórai	Bölcsőde 1-3 éves	Alma			Banán			Alma			Mandarin			Banán			Alma		
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ			Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 23.44 Kcal / 97.98 KJ			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ			Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.65 g	0.05 g	0.00 g	0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.35 g	0.15 g	0.00 g	0.65 g	0.05 g	0.00 g	0.20 g	0.20 g	0.00 g
		Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só		
3.50 g 0.00 g 0.01 g			12.10 g 0.00 g 0.03 g			3.50 g 0.00 g 0.01 g			4.90 g 0.00 g 0.00 g			12.10 g 0.00 g 0.03 g			3.50 g 0.00 g 0.01 g				
Ebéd	Bölcsőde 1-3 éves	Tojásleves Füstölt sajtos brokkoliragu Párolt rizszel			Vajgaluskaleves Cukkinis tökfőzelék Sertés aprósülttel Félbarna kenyérral			Magyaros sertésraguleves Darafeljűt Kakaó szórattal Mandarin			Paradicsomleves Rántott halrúd Burgonyapürével Cékalsalátával			Téli fűszeres meggye leves Rakott sárgarépa bulgurral			Magyaros karfiolleves Burgonyafőzelék Zabpelyhes fasírttal Félbarna kenyér		
		Energia: 361.68 Kcal / 1,511.82 KJ			Energia: 454.20 Kcal / 1,898.56 KJ			Energia: 656.78 Kcal / 2,745.34 KJ			Energia: 418.39 Kcal / 1,748.87 KJ			Energia: 433.34 Kcal / 1,811.36 KJ			Energia: 460.03 Kcal / 1,922.93 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		15.04 g	16.84 g	0.50 g	17.00 g	24.68 g	5.10 g	19.39 g	10.61 g	3.78 g	20.33 g	8.18 g	1.60 g	14.44 g	18.64 g	5.32 g	14.76 g	20.78 g	3.35 g
		Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só		
37.99 g 0.01 g 1.20 g			40.32 g 0.13 g 1.75 g			120.14 g 18.49 g 1.31 g			64.71 g 30.59 g 2.90 g			52.46 g 0.00 g 2.50 g			52.69 g 0.00 g 1.65 g				
1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,3,7,9			1,3,7,9			1,3,4,7,9,15,(12)			1,7			1,3,7,9				
Uzsonna	Bölcsőde 1-3 éves	Epres tea Pulykamell sonkás Zsemle Margarinnal Paprikával			Tej Kakaós csiga			Citromos tea Kenőmájas Zsemle Kígyóborkával			Gyümölcsle Lenmagos vajkrém Félbarna kenyér Salátalevéllel			Almás-fahéjas tea Gyümölcsös joghurt Kíflivel			Tej Sajtos pogácsa		
		Energia: 215.19 Kcal / 899.49 KJ			Energia: 312.11 Kcal / 1,304.62 KJ			Energia: 252.18 Kcal / 1,054.11 KJ			Energia: 246.19 Kcal / 1,029.07 KJ			Energia: 328.61 Kcal / 1,373.59 KJ			Energia: 303.09 Kcal / 1,266.92 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		7.56 g	2.84 g	1.17 g	9.97 g	17.36 g	4.62 g	7.03 g	4.46 g	2.15 g	6.65 g	8.76 g	3.89 g	9.48 g	6.10 g	3.23 g	9.26 g	18.70 g	5.86 g
		Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só		
39.73 g 9.99 g 0.89 g			28.62 g 8.72 g 0.49 g			45.65 g 9.99 g 0.74 g			34.65 g 2.70 g 1.20 g			58.25 g 22.98 g 0.90 g			24.08 g 0.00 g 0.96 g				
1,(7)			1,7,(3)			1,(6),(7),(10)			1,7			1,7			1,3,7				

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-tejte 10-mustár	13-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófi 11-szezámm	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zelle 12-kéndioxid-sz	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.
2730 Albertlása, Pesti út 65.
Csoportos adatszám: 17783408-5-1c
Adatszám: 14893560-4-13
Élelmezésvezető