


6. heti óvodás étlap 2025.02.03. - 2025.02.07.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvodás 4-6 év	Citromos tea Margarinos Korpás kenyér Olasz felvágottal			Tej Kifli			Meggyes tea Sült hagymakrémés Félbarna kenyér Paprikával			Kakaó Kalács			Erdei gyümölcsös tea Magyaros vajkrémés Rozskenyér Jégcsapretekkel		
		Energia: 294.65 Kcal / 1,231.64 KJ			Energia: 206.34 Kcal / 862.50 KJ			Energia: 277.05 Kcal / 1,158.07 KJ			Energia: 382.23 Kcal / 1,597.72 KJ			Energia: 274.39 Kcal / 1,146.95 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.81 g	8.55 g	3.19 g	10.56 g	3.28 g	1.73 g	6.82 g	8.37 g	0.00 g	14.06 g	9.53 g	4.36 g	6.88 g	9.12 g	8.40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		47.41 g	11.99 g	1.60 g	33.40 g	0.00 g	0.68 g	43.24 g	9.99 g	1.20 g	59.61 g	14.19 g	0.90 g	40.88 g	13.12 g	0.71 g
1,(7)			1,7			1,7			1,3,7			1,7				
Ebéd	Óvodás 4-6 év	Sárgaborsókrémleves Kolbász morzsával Sertéspörkölt Orsó tésztával Vegyes vágottal			Magyaros csipetkeleves Tököfőzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Húsgaluska leves Mákos tészta Porcukor szóráttal Alma			Paradicsomleves Betűtészttal Zöldséges pulykafasírt Petrezselymes burgonyával			Csurgatott tojásleves Rántott sertésszelet Párolt rizszel Házi káposztasalátával		
		Energia: 618.43 Kcal / 2,585.04 KJ			Energia: 378.36 Kcal / 1,581.54 KJ			Energia: 440.69 Kcal / 1,842.08 KJ			Energia: 419.08 Kcal / 1,751.75 KJ			Energia: 650.08 Kcal / 2,717.33 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		28.77 g	25.87 g	4.30 g	16.41 g	26.16 g	7.93 g	13.94 g	9.94 g	2.33 g	19.20 g	9.67 g	0.74 g	20.32 g	31.44 g	4.03 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		67.04 g	0.03 g	5.09 g	53.23 g	7.00 g	5.39 g	73.03 g	10.00 g	5.31 g	63.88 g	3.00 g	1.21 g	70.59 g	3.61 g	2.40 g
1,3,9,15,(10),(12)			1,3,7,9			1,3,9			1,3,9,(7)			1,3,9				
Uzsonna	Óvodás 4-6 év	Kenőmájasos Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával			Helyben sült vaníliás párna			Margarinos Korpás zsemle Diákcsemegével			Margarinos Korpás kenyér Zala felvágottal Salátalevéllel			Helyben sült sajtos pogácsa Narancs Suli szelet		
		Energia: 214.33 Kcal / 895.90 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 182.92 Kcal / 764.61 KJ			Energia: 187.53 Kcal / 783.88 KJ			Energia: 631.93 Kcal / 2,641.47 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.47 g	6.18 g	2.06 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	6.22 g	4.87 g	1.94 g	6.71 g	5.56 g	2.07 g	7.76 g	25.30 g	3.58 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		30.98 g	0.00 g	0.81 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	28.53 g	0.00 g	0.89 g	27.64 g	0.00 g	1.16 g	90.98 g	0.00 g	0.79 g
1,(6),(7),(10)			1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,(7)			1,3,5,6,7,(8),(11)				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Jó étvágyat kívánunk!

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén
2-rák
3-tojás
4-hal
5-földimogyoró
6-szója
7-tejtermék,laktóz
8-diófélék
9-zeller

10-mustár
11-szezám
12-kéndioxid-szulfid

13-csillagfűrt
14-puhatestűek
15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér

Eatrend Arabona Zrt.
8024 Győr, Hunyadi u. 14.
Csoportos adószám: 17783408-5-13
Adószám: 11130967-4-08
34.
Kézműhűtő

Élelmezésvezető