


08.heti óvodás étlap 2025.02.17. - 2025.02.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvodás 4-6 év</b>	Házi készítésű vaníliás tejtjal Kifli			Citromos tea Tepertőkrém Eatrend módra Korpás kenyér Lilahagymával			Tej Gabonagolyó			Erdei gyümölcsös tea Sült paprikakrém Korpás kenyér			Meggyes tea Magvas sajtkrém Korpás zsemle		
		Energia: 249.09 Kcal / 1,041.20 KJ			Energia: 348.29 Kcal / 1,455.85 KJ			Energia: 208.05 Kcal / 869.65 KJ			Energia: 237.36 Kcal / 992.16 KJ			Energia: 251.02 Kcal / 1,049.26 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.57 g	3.28 g	1.73 g	6.16 g	13.92 g	0.00 g	9.11 g	3.18 g	1.65 g	4.57 g	7.20 g	0.00 g	6.03 g	7.76 g	0.13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		44.02 g	9.99 g	0.68 g	49.19 g	11.99 g	0.70 g	35.50 g	0.00 g	0.73 g	38.20 g	10.00 g	0.70 g	38.93 g	9.99 g	0.51 g
1,7			1,10,(7),(12)			7,(1),(3),(5)			1,7			1,7,11				
<b>Ebéd</b>	<b>Óvodás 4-6 év</b>	Májgaluskaleves Káposztás tészta Porcukor szórat Alma			Citromos almaleves Rántott sajt Párolt rizszel Tartármártással			Lebbencsleves Zöldbabfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérrrel			Vegyes zöldségkrémleves Kölesgolyóval Pusztapörkölt Félbarna kenyérrrel Vitaminsalátával			Tárkonyos zöldségleves Vaníliás piskóta Csokoládé öntettel		
		Energia: 388.98 Kcal / 1,625.94 KJ			Energia: 822.81 Kcal / 3,439.35 KJ			Energia: 505.38 Kcal / 2,112.49 KJ			Energia: 530.47 Kcal / 2,217.36 KJ			Energia: 543.02 Kcal / 2,269.82 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		14.10 g	5.57 g	0.46 g	19.31 g	53.64 g	7.06 g	20.74 g	21.28 g	6.14 g	19.75 g	18.70 g	5.33 g	12.54 g	16.20 g	0.71 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		70.55 g	13.02 g	1.21 g	67.74 g	12.09 g	2.94 g	56.87 g	0.01 g	2.37 g	70.42 g	4.03 g	2.99 g	87.09 g	2.41 g	0.48 g
1,3,9			1,3,7,10,(12)			1,3,7,9			1,7,9			1,3,7,9,15				
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvodás 4-6 év</b>	Margarinos Teljeskiőrlésű kenyér Soproni felvágottal			Kockasajt Kifli			Margarinos Rozskenyér Tavaszi felvágottal Kígyóborkával			Margarinos Félbarna kenyér Bécsi felvágottal Salátalevéllel			Helyben sült kakaós csiga		
		Energia: 226.27 Kcal / 945.81 KJ			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ			Energia: 198.95 Kcal / 831.61 KJ			Energia: 239.85 Kcal / 1,002.57 KJ			Energia: 163.83 Kcal / 684.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.30 g	8.89 g	3.23 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g	7.88 g	5.68 g	2.04 g	8.66 g	8.77 g	0.90 g	1.81 g	8.77 g	2.34 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		28.19 g	0.00 g	1.48 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g	29.03 g	0.00 g	1.02 g	31.49 g	0.00 g	1.26 g	19.20 g	8.72 g	0.32 g
1,(7)			1,7			1,(7)			1,(7)			1,7,(3),(6),(12)				

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
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid

13-csillagfűrt	15-mesterséges édesítőszer
14-puhatestűek	

16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!  
**Eatrend Arrabona Zrt.**  
 9024 Győr, Hunyadi u. 14.  
 Cégjegyzéki szám: 17783408-5-13  
 38. konyha  
 Élelmezésvezető