


9. heti óvodás étlap 2025.02.24. - 2025.02.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvodás 4-6 év</b>	Tej Mézes Margarinos Félbarna kenyér			Csipkebogyó tea Magyaros vajkrémes Rozskenyér Lilahagymával			Kakaó Vajas molnárka			Citromos tea Padlizsánkrémes Rozskenyér Kígyóborkával Sárgabarackos zabrudi			Meggyes tea Majonézes tojáskrémes Margarinos Korpás kenyér		
		Energia: 302.26 Kcal / 1,263.45 KJ			Energia: 319.93 Kcal / 1,337.31 KJ			Energia: 327.68 Kcal / 1,369.70 KJ			Energia: 332.44 Kcal / 1,389.60 KJ			Energia: 282.70 Kcal / 1,181.69 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.72 g	5.60 g	2.53 g	6.96 g	9.13 g	8.39 g	12.58 g	8.21 g	3.82 g	7.02 g	10.76 g	6.03 g	4.98 g	12.44 g	3.08 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		50.08 g	8.10 g	1.53 g	52.00 g	13.99 g	0.70 g	50.49 g	12.39 g	0.89 g	51.44 g	11.99 g	0.83 g	37.51 g	9.99 g	0.80 g
1,7			1,7			1,3,7			1,3,7,10,(12)			1,3,10,(7),(12)				
<b>Ébéd</b>	<b>Óvodás 4-6 év</b>	Almás-zellerkrémleves Levesgyönggyel Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal			Erőleves Cérmametélttel Zöldborsófőzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérral			Vegyes zöldségkrémleves Levesgyönggyel Rántott hal Párolt rizszel Kivi			Vajgaluskaleves Vadas sertésragu Orsó tésztával			Lencsegyulás Farsangi fánk Porcukor szóráttal Baracklekvárral		
		Energia: 582.39 Kcal / 2,434.39 KJ			Energia: 410.96 Kcal / 1,717.81 KJ			Energia: 840.46 Kcal / 3,513.12 KJ			Energia: 496.59 Kcal / 2,075.75 KJ			Energia: 743.00 Kcal / 3,105.74 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		25.55 g	25.51 g	6.52 g	15.11 g	11.47 g	0.70 g	21.75 g	46.29 g	5.76 g	21.17 g	21.49 g	5.67 g	20.65 g	37.02 g	4.73 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		62.37 g	1.76 g	0.83 g	61.93 g	6.05 g	1.49 g	81.72 g	0.27 g	3.03 g	53.97 g	0.51 g	5.81 g	81.16 g	16.82 g	1.47 g
1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,9			1,3,4,7,9			1,3,7,9,10,(12)			1,3,7,10,(12)				
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvodás 4-6 év</b>	Kenőmájásos Korpás kifli Kígyóborkával			Margarinos Zsemle Olasz felvágottal			Margarinos Teljes kiőrlésű kenyér Sajt szelettel Salátalevéllal			Helybensült rácsos túrós táska Alma			Margarinos Zsemle Diákcsomagival Paprikával		
		Energia: 198.35 Kcal / 829.10 KJ			Energia: 220.86 Kcal / 923.19 KJ			Energia: 232.72 Kcal / 972.77 KJ			Energia: 353.18 Kcal / 1,476.29 KJ			Energia: 187.82 Kcal / 785.09 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.25 g	6.22 g	2.09 g	7.44 g	8.51 g	3.32 g	11.08 g	8.12 g	4.32 g	7.20 g	15.20 g	6.20 g	6.52 g	4.95 g	1.94 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		27.13 g	0.00 g	0.79 g	28.56 g	0.00 g	1.41 g	28.82 g	0.00 g	1.04 g	45.50 g	7.90 g	0.62 g	29.28 g	0.00 g	0.89 g
1,(6),(7),(10)			1,(7)			1,7			1,3,6,7,(8),(11),(12)			1,(7)				

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

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: [minosegbiztositas@eatrend.hu](mailto: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-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

**Jó étvágyat kívánunk!**

Eatrend Arrabona Zrt.  
8024 Győr, Hunyadi u. 14.  
Csoportos adószám: 1773408-5-13  
Adószám: 1130967-4-08  
34.

*Németh Viktória*

**Élelmezésvezető**