

13.heti óvodás étlap 2025.03.24. - 2025.03.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	Óvodás 4-6 év	Barackos tea Magyaros vajkrémes Korpás kenyér Póréhagymakarikával	Kakaó Kifli	Tej Margarinos Korpás kenyér Baromfi párizsi	Citromos tea Padlizsánkrémes Teljeskiőrlésű kenyér Kígyóborkával	Meggyes tea Sárgarépás sajtkrémes Teljeskiőrlésű kenyér
		Energia: 293.01 Kcal / 1,224.78 KJ	Energia: 246.88 Kcal / 1,031.96 KJ	Energia: 286.06 Kcal / 1,195.73 KJ	Energia: 319.99 Kcal / 1,337.56 KJ	Energia: 249.98 Kcal / 1,044.92 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		5.22 g8.50 g3.87 g	10.75 g3.30 g1.86 g	13.12 g9.00 g3.91 g	6.52 g10.41 g3.88 g	6.67 g7.43 g0.04 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		48.51 g9.99 g0.70 g	43.40 g9.99 g0.68 g	38.00 g0.00 g1.49 g	49.63 g12.39 g1.10 g	38.74 g9.99 g0.58 g
		1,7	1,7	1,7	1,3,7,10,(12)	1,7
Ebéd	Óvodás 4-6 év	Paradicsomleves Betűtészta Csikós tokány Párolt rizszel	Tojásleves Zöldborsófőzelék Sült virslivel Félbarna kenyérral	Citromos almaleves Tonhalas spagetti Reszelt sajttal	Újhagymakrémleves Levesgyönggyel Párolt sertésszelet Burgonyapürével Párolt zöldséggel	Zöldséges lencseleves Dejós tészta Alma
		Energia: 599.09 Kcal / 2,504.20 KJ	Energia: 365.78 Kcal / 1,528.96 KJ	Energia: 600.58 Kcal / 2,510.42 KJ	Energia: 439.20 Kcal / 1,835.86 KJ	Energia: 584.69 Kcal / 2,444.00 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		18.08 g28.59 g8.14 g	20.90 g23.66 g5.34 g	25.29 g23.60 g4.76 g	20.42 g16.66 g3.88 g	20.86 g13.93 g2.04 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		66.61 g3.00 g2.14 g	52.24 g6.00 g2.78 g	74.75 g16.29 g1.76 g	41.77 g0.27 g1.74 g	92.73 g10.49 g4.66 g
		1,3,7,9	1,3,7	1,3,4,7,9,(6),(12)	1,3,7,(6),(10),(12)	1,7,8,10,(3),(5),(12)
Uzsonna	Óvodás 4-6 év	Kockasajt Korpás kifli	Margarinos Korpás zsemle Mátrai csemege szalámmal Paprikával	Helyben sült sajtkrémes rúd Mandarin	Margarinos Zsemle Csirkemellsonkával Salátalevéllel	Helyben sült vaníliakrémes táska
		Energia: 201.34 Kcal / 841.60 KJ	Energia: 187.82 Kcal / 785.09 KJ	Energia: 46.89 Kcal / 196.00 KJ	Energia: 176.42 Kcal / 737.44 KJ	Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		9.52 g7.02 g3.79 g	6.52 g4.95 g1.94 g	8.69 g2.61 g3.61 g	8.14 g2.92 g1.21 g	11.71 g26.46 g10.07 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		24.78 g0.00 g1.26 g	29.28 g0.00 g0.89 g	43.08 g0.00 g1.69 g	29.39 g0.00 g1.00 g	19.66 g0.00 g1.38 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	13-csillagfűrt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfít	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Arrabona Zrt.
 9024 Győr, Hunyadi u. 14.
 Tel: 06-99 381 381
 Fax: 06-99 381 382
 E-mail: info@eatrend.hu
 Élelmiszerbiztonsági vezető