


17. heti óvodás étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvodás 4-6 év</b>	Tej Margarinos Félbarna kenyér Mézzel			Erdei gyümölcsös tea Margarinos Korpás kenyér Diákcsomaggal Paradicsommal			Barackos tea Padlizsánkrém Zsemle			Citromos tea Majonézes tojáskrém Rozskenyér			Kakaó Kalács		
		Energia: 302.26 Kcal / 1,263.45 KJ			Energia: 220.91 Kcal / 923.40 KJ			Energia: 296.25 Kcal / 1,238.33 KJ			Energia: 330.23 Kcal / 1,380.36 KJ			Energia: 382.23 Kcal / 1,597.72 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	5.76 g	4.94 g	1.82 g	5.72 g	8.45 g	4.00 g	7.75 g	10.77 g	4.52 g	14.06 g	9.53 g	4.36 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	38.20 g	10.00 g	1.08 g	48.91 g	9.99 g	0.51 g	50.58 g	11.99 g	0.70 g	59.61 g	14.19 g	0.90 g
1,7			1,(7)			1,7,(10)			1,3,7,10,(12)			1,3,7				
<b>Ebéd</b>	<b>Óvodás 4-6 év</b>	Füstölt sajtos karfiolkrémleves levesgyönggyel Rántott halrúd Kukoricás rizzsel Tartármártással			Vajgaluskaleves Zöldborsós sertésragu Tarhonyával			Paradicsomleves betűszótával Gyrosos csirkesült Joghurtos öntettel Fűszeres burgonyával Vitaminsalátával			Jókai bableves Félbarna kenyérral Morzsás nudli Baracklekvárral Porcukor szóráttal Gyümölcs			Csontleves cérnametéllel Burgonyafőzelék Bécsi virslivel Félbarna kenyérral		
		Energia: 730.57 Kcal / 3,053.78 KJ			Energia: 501.72 Kcal / 2,097.19 KJ			Energia: 465.58 Kcal / 1,946.12 KJ			Energia: 743.72 Kcal / 3,108.75 KJ			Energia: 425.26 Kcal / 1,777.59 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		29.03 g	41.48 g	6.92 g	19.53 g	22.77 g	6.85 g	26.11 g	8.59 g	3.62 g	23.77 g	10.66 g	2.96 g	16.86 g	16.12 g	5.37 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		59.60 g	11.44 g	1.47 g	54.00 g	0.15 g	2.94 g	69.73 g	7.14 g	1.87 g	135.68 g	31.83 g	2.42 g	52.30 g	0.02 g	2.98 g
1,3,4,7,9,10,(6),(11),(12)			1,3,9,(7)			1,3,7,9,(10)			1,7,9,(12)			1,3,7,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvodás 4-6 év</b>	Margarinos Korpás zsemle Turista felvágottal Paprikával			Helyben sült csokoládékrém rúd Gyümölcs			Margarinos Graham kenyér Szendvics sonkával Uborkával			Helyben sült sajtos rúd			Margarinos Korpás zsemle Baromfi párizsival Jégcsapretekkel		
		Energia: 215.86 Kcal / 902.29 KJ			Energia: 417.51 Kcal / 1,745.19 KJ			Energia: 205.65 Kcal / 859.62 KJ			Energia: 99.71 Kcal / 416.79 KJ			Energia: 199.36 Kcal / 833.32 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.98 g	7.45 g	1.94 g	12.31 g	27.06 g	10.07 g	10.70 g	2.90 g	1.01 g	4.84 g	1.40 g	2.19 g	7.30 g	6.01 g	2.42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		29.16 g	0.00 g	0.89 g	30.16 g	0.00 g	1.40 g	34.14 g	0.00 g	1.56 g	17.00 g	0.00 g	1.02 g	29.07 g	3.12 g	1.04 g
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(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  
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-csillagfűt  
14-puhatestűek  
15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér

**Jó étvágyat kívánunk!**

Eatrend Arrabona Zrt.  
9024 Győr, Hunyadi u. 14.  
Csoportos adószám: 1778408-5-13  
Adószám: 11130967-4-08  
34.  
Elelmezésvezető