

19. heti óvodás étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	Óvodás 4-6 év	Citromos tea Margarinos Rozskenyér Fokhagymás szelettel			Vaníliás tej Kifli			Barackos tea Margarinos Korpás kenyér Sertéspárizsival			Eredei gyümölcsös tea Tonhalkrémes Korpás kenyér Paprikával			Tej Briós		
		Energia: 320.05 Kcal / 1,337.81 KJ			Energia: 249.09 Kcal / 1,041.20 KJ			Energia: 272.69 Kcal / 1,139.84 KJ			Energia: 286.11 Kcal / 1,195.94 KJ			Energia: 234.07 Kcal / 978.41 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		8.93 g	9.27 g	7.71 g	10.57 g	3.28 g	1.73 g	6.84 g	6.10 g	2.28 g	4.99 g	12.40 g	3.59 g	10.41 g	6.22 g	2.95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		49.99 g	11.99 g	1.60 g	44.02 g	9.99 g	0.68 g	47.41 g	9.99 g	1.22 g	38.17 g	10.00 g	0.72 g	33.84 g	5.54 g	0.59 g
1,(7)			1,7			1,(7)			1,3,4,7,10			1,3,7				
Ebéd	Óvodás 4-6 év	Tejfölös zöldborsóleves Paprikás burgonya Csemegeuborkával			Brokkolikrémleves Piritott kenyérbarkával Hentes sertésragu Párolt rizszel			Erőleves cérnametéllel Marhapörkölt Tarhonyával Céklasalátával			Magyaros gombaleves Sárgaborsófőzelék Fasírttal Félbarna kenyér			Legényfogó leves Kakaós tészta Alma		
		Energia: 384.55 Kcal / 1,607.42 KJ			Energia: 594.43 Kcal / 2,484.72 KJ			Energia: 499.75 Kcal / 2,088.96 KJ			Energia: 527.68 Kcal / 2,205.70 KJ			Energia: 441.60 Kcal / 1,845.89 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		12.83 g	17.96 g	0.00 g	18.86 g	29.36 g	2.20 g	19.83 g	21.18 g	4.13 g	25.39 g	22.67 g	0.78 g	18.72 g	8.96 g	1.11 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		42.36 g	0.00 g	0.96 g	62.81 g	0.28 g	1.32 g	56.66 g	3.20 g	3.59 g	55.25 g	0.00 g	0.61 g	71.47 g	22.19 g	1.32 g
1,7,9,15,(12)			1,3,7,9,15,(12)			1,3,9,15,(12)			1,3,9			1,3,7,9				
Uzsonna	Óvodás 4-6 év	Vajas pogácsa Alma			Margarinos Rozskenyér Mátrai diákcsemegével Uborkával			Margarinos Rozskenyér Csirkemellsonkával Salátalevéllal			Poharas puding Tejes kifli			Helyben sült sajtkrémes rúd		
		Energia: 203.37 Kcal / 850.09 KJ			Energia: 190.13 Kcal / 794.74 KJ			Energia: 194.28 Kcal / 812.09 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		2.70 g	13.34 g	0.00 g	8.38 g	3.92 g	5.71 g	9.50 g	3.65 g	5.60 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		17.68 g	0.00 g	0.01 g	30.30 g	0.00 g	1.10 g	30.83 g	0.00 g	1.19 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g
1,7,(6),(12)			1,(7)			1,(7)			1,(7)			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	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.
9024 Győr, Hunyadi u. 14.
Családsegélyszolgálati azonosítószám: 17783408-5-13
38. konyha
Élelmezésvezető