

28. heti óvodás étlap 2024.07.08. - 2024.07.12.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	Óvodás 4-6 év	Puncsos tej Kifli			Erdei gyümölcsös limonádé Félbarna kenyér Füstölt sonkás szendvicskrémekkel			Barackos tea Korpás kenyér Körözöttel			Citromos limonádé Rozskenyér Snidlinges sajtkrémekkel Paprikával			Tej Félbarna kenyér Mogyorókrémekkel		
		Energia: 253.99 Kcal / 1,061.68 KJ			Energia: 264.28 Kcal / 1,104.69 KJ			Energia: 242.13 Kcal / 1,012.10 KJ			Energia: 260.51 Kcal / 1,088.93 KJ			Energia: 359.35 Kcal / 1,502.08 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	6.88 g	8.89 g	3.47 g	7.09 g	2.08 g	0.88 g	7.43 g	8.88 g	9.10 g	13.98 g	9.80 g	1.76 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		45.24 g	10.03 g	0.68 g	38.82 g	5.99 g	1.23 g	48.40 g	9.99 g	1.11 g	37.16 g	5.99 g	0.94 g	53.38 g	9.60 g	1.47 g
1,7			1,7			1,7			1,7			1,5,6,7,8				
Ebéd	Óvodás 4-6 év	Tárkonyos sertésraguleves Burgonyás tészta Csemegeuborkával			Rántott leves levesgyönggyel Stroganoff sertésragu Párolt rizszel			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyér Tejbebríz Kakaó szóráttal Gyümölcs			Francia hagymaleves Zöldborsófőzelék Stefánia vagdalttal Félbarna kenyér			Kertészleves Bakonyi sertésragu Orsó tészttal		
		Energia: 379.70 Kcal / 1,587.15 KJ			Energia: 469.10 Kcal / 1,960.84 KJ			Energia: 507.82 Kcal / 2,122.69 KJ			Energia: 496.16 Kcal / 2,073.95 KJ			Energia: 426.92 Kcal / 1,784.53 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.47 g	13.82 g	4.92 g	14.45 g	20.01 g	1.62 g	18.74 g	10.41 g	3.41 g	20.27 g	26.04 g	5.88 g	18.82 g	16.72 g	2.42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		50.91 g	0.01 g	3.29 g	57.18 g	0.28 g	0.88 g	84.03 g	31.17 g	1.92 g	44.78 g	0.00 g	3.02 g	49.79 g	0.01 g	0.70 g
1,7,9,15,(3),(12)			1,3,7,9,10,15,(12)			1,7			1,3,7			1,7,9,(3)				
Uzsonna	Óvodás 4-6 év	Margarinos Graham kenyér Soproni felvágottal Paprikával			Helyben sült csokoládékrémű rúd Gyümölcs			Margarinos Zsemle Paprikás szalámmal Kígyóuborkával			Poharas puding Korpás kifli			Margarinos Korpás zsemle Zala felvágottal Jégcsapretekkel		
		Energia: 248.18 Kcal / 1,037.39 KJ			Energia: 386.20 Kcal / 1,614.32 KJ			Energia: 205.67 Kcal / 859.70 KJ			Energia: 126.03 Kcal / 526.81 KJ			Energia: 197.48 Kcal / 825.47 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.04 g	8.82 g	3.19 g	11.95 g	26.70 g	10.07 g	6.86 g	6.95 g	1.03 g	5.34 g	0.77 g	0.07 g	7.65 g	5.56 g	2.21 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		33.06 g	0.00 g	1.93 g	23.86 g	0.00 g	1.39 g	28.87 g	0.00 g	0.58 g	24.28 g	0.00 g	0.56 g	29.26 g	3.12 g	0.98 g
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			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.
Céginformációs a/létszám: 17783408-5-13
38. konyha
Élelmiszevezető