


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 Füstölt sonkás szendvicskrémes Félbarna kenyér			Barackos tea Körözöttes Korpás kenyér			Citromos limonádé Snidlinges sajtkrémes Rozskenyér Paprikával			Tej Mogyorókrémes Félbarna kenyér		
		Energia: 253.99 Kcal / 1,061.68 Kj			Energia: 247.00 Kcal / 1,032.46 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.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.57 g	3.28 g	1.73 g	7.79 g	6.64 g	3.94 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	38.74 g	5.99 g	3.45 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,(3),(6),(10),(11)			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 rizzsel			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejberizs Kakaó szóráttal Alma			Francia hagymaleves Zöldbabfőzelék Lenmagos húsgolyóval Félbarna kenyérral			Kertészleves Bakonyi sertésragu Orsó tésztával		
		Energia: 379.70 Kcal / 1,587.15 Kj			Energia: 469.10 Kcal / 1,960.84 Kj			Energia: 583.02 Kcal / 2,437.02 Kj			Energia: 506.70 Kcal / 2,118.01 Kj			Energia: 447.82 Kcal / 1,871.89 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12.47 g	13.82 g	4.92 g	14.45 g	20.01 g	1.62 g	20.67 g	10.82 g	3.18 g	18.86 g	28.16 g	5.88 g	21.52 g	18.82 g	2.63 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	99.58 g	32.17 g	1.89 g	44.07 g	0.00 g	2.42 g	47.56 g	0.01 g	4.69 g
1,3,7,9,15,(12)			1,3,7,9,10,15,(12)			1,7			1,3,7			1,3,7,9				
Uzsonna	Óvodás 4-6 év	Margarinos Graham kenyér Soproni felvágottal Paprikával			Helyben sült csokoládékrémes rúd Őszibarack			Margarinos Zsemle Paprikás szalámmal Uborkával			Poharas puding Korpás kifli			Margarinos Korpás zsemle Zala felvágottal Jégcsapretekkel		
		Energia: 248.18 Kcal / 1,037.39 Kj			Energia: 427.05 Kcal / 1,785.07 Kj			Energia: 205.67 Kcal / 859.70 Kj			Energia: 295.05 Kcal / 1,233.31 Kj			Energia: 197.48 Kcal / 825.47 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9.04 g	8.82 g	3.19 g	12.76 g	26.61 g	10.07 g	6.86 g	6.95 g	1.03 g	10.13 g	6.42 g	3.19 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	33.16 g	0.00 g	1.38 g	28.87 g	0.00 g	0.58 g	48.84 g	19.48 g	0.67 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-csillagfűrt

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: 17783408-5-13
 Adószám: 11130967-4-08
 34.

M. Károlyi Baluny Jolán

Élelmezésvezető