


29. heti óvodás étlap 2024.07.15. - 2024.07.19.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvodás 4-6 év	Tej Margarinos Félbarna kenyér Mézzel			Narancsos limonádé Margarinos Korpás kenyér Diákcsomagával Paradicsommal			Barackos tea Padlizsánkrém Zsemle			Citromos limonádé Majonéz tonhalkrém Rozskenyér			Kakaó Vajas molnárika		
		Energia: 302.26 Kcal / 1,263.45 KJ			Energia: 207.39 Kcal / 866.89 KJ			Energia: 296.25 Kcal / 1,238.33 KJ			Energia: 292.91 Kcal / 1,224.36 KJ			Energia: 327.68 Kcal / 1,369.70 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	5.71 g	4.93 g	1.82 g	5.72 g	8.45 g	4.00 g	6.80 g	13.08 g	8.11 g	12.58 g	8.21 g	3.82 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	34.90 g	6.10 g	1.08 g	48.91 g	9.99 g	0.51 g	36.36 g	5.99 g	0.72 g	50.49 g	12.39 g	0.89 g
1,7			1,(7)			1,7,(10)			1,3,4,7,10			1,3,7				
Ebéd	Óvodás 4-6 év	Kukoricagaluska leves Temesvári sertésragu Párolt rizsszel			Füstölt sajtos karfiolkrémleves levesgyönggyel Sertéspörkölt Tarthonyával			Paradicsomleves betűtésztaival Halfasírt Újhagymás törtburgonyával			Jókai bableves Félbarna kenyérral Meggyes kakaós piskótakocka Őszibarack			Csontleves cérnametéllel Zöldborsófőzelék Bécsi virslivel Félbarna kenyérral		
		Energia: 491.28 Kcal / 2,053.55 KJ			Energia: 668.75 Kcal / 2,795.38 KJ			Energia: 571.34 Kcal / 2,388.20 KJ			Energia: 750.19 Kcal / 3,135.79 KJ			Energia: 398.27 Kcal / 1,664.77 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		16.20 g	22.61 g	7.19 g	26.29 g	32.06 g	6.11 g	20.40 g	20.76 g	2.64 g	22.33 g	20.73 g	2.96 g	22.07 g	22.89 g	5.18 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		55.35 g	0.01 g	1.81 g	68.13 g	0.28 g	2.68 g	74.36 g	3.00 g	1.84 g	117.80 g	0.03 g	1.91 g	60.84 g	6.01 g	3.22 g
1,3,7,9			1,3,7,9,(6),(10),(11)			1,3,4,9			1,3,7,9			1,3,7,9				
Uzsonna	Óvodás 4-6 év	Margarinos Korpás zsemle Turista felvágottal Paprikával			Helyben sült vaníliakrém rúd Alma			Margarinos Graham kenyér Szendvics sonkával Uborkával			Margarinos Korpás zsemle Baromfi párizsival Jégcsapretekkel			Helyben sült sajtos rúd		
		Energia: 215.86 Kcal / 902.29 KJ			Energia: 417.51 Kcal / 1,745.19 KJ			Energia: 205.65 Kcal / 859.62 KJ			Energia: 199.36 Kcal / 833.32 KJ			Energia: 99.71 Kcal / 416.79 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	7.30 g	6.01 g	2.42 g	4.84 g	1.40 g	2.19 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	29.07 g	3.12 g	1.04 g	17.00 g	0.00 g	1.02 g
1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(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-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 Judit

Élelmezésvezető