

45. heti bölcödés étlap 2024.11.04. - 2024.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Reggeli</b>	<b>Bölcödés</b> <b>1-3 év</b>	Karamellás tej Molnárka			Erdei gyümölcsös tea Füstölt sajtos brokkolikrémés Rozskenyér			Citromos tea Sülthúskrémés Félbarna kenyér			Tej Gabonagyóval			Almás-fahéjas tea Majonézes tonhalkrémés Félbarna kenyér		
		Energia: 327.96 Kcal / 1,370.87 KJ			Energia: 264.05 Kcal / 1,103.73 KJ			Energia: 282.48 Kcal / 1,180.77 KJ			Energia: 194.56 Kcal / 813.26 KJ			Energia: 303.26 Kcal / 1,267.63 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.69 g	9.19 g	4.34 g	7.66 g	7.83 g	4.52 g	8.36 g	6.72 g	2.57 g	8.34 g	5.72 g	2.29 g	6.77 g	10.47 g	3.59 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
50.23 g	14.89 g	0.79 g	40.34 g	10.00 g	0.70 g	46.77 g	9.99 g	1.43 g	27.20 g	0.00 g	0.40 g	45.06 g	9.99 g	1.22 g		
1,3,7			1,7			1,7,10,(12)			7,(1),(3),(5)			1,3,4,7,10				
<b>Tízórai</b>	<b>Bölcödés</b> <b>1-3 év</b>	Alma			Banán			Narancs			Alma			Körte		
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 52.48 Kcal / 219.37 KJ			Energia: 20.71 Kcal / 86.57 KJ			Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 26.50 Kcal / 110.77 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.65 g	0.05 g	0.00 g	0.30 g	0.10 g	0.00 g	0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.20 g	0.15 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
3.50 g	0.00 g	0.01 g	12.10 g	0.00 g	0.03 g	4.25 g	0.00 g	0.01 g	3.50 g	0.00 g	0.01 g	6.00 g	0.00 g	0.00 g		
<b>Ebéd</b>	<b>Bölcödés</b> <b>1-3 év</b>	Őszi zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Magyaros burgonyaleves Zöldborsófőzelék Sütőben sült tojásropogóssal Félbarna kenyérral			Erőleves Roston csirkemell Párolt rizszel Sajtmártással			Körtekrémleves Rakott karfiol bulgurral Mandarin			Csurgatott tojásleves Burgonyafőzelék Daráltlenmagos vagdalttal Félbarna kenyérral		
		Energia: 380.23 Kcal / 1,589.36 KJ			Energia: 578.43 Kcal / 2,417.84 KJ			Energia: 533.00 Kcal / 2,227.94 KJ			Energia: 469.06 Kcal / 1,960.67 KJ			Energia: 524.19 Kcal / 2,191.11 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		18.66 g	17.86 g	4.61 g	21.06 g	24.02 g	0.77 g	24.92 g	24.90 g	6.92 g	17.44 g	19.90 g	4.47 g	18.02 g	24.90 g	1.70 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
35.72 g	1.00 g	0.68 g	69.47 g	6.00 g	2.18 g	51.88 g	0.17 g	2.17 g	55.78 g	0.00 g	2.14 g	56.12 g	0.01 g	1.72 g		
1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,9			1,3,7,9,(10)			1,7			1,3,7,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>Bölcödés</b> <b>1-3 év</b>	Meggyes tea Kenőmájás Félbarna kenyér Kígyóborkával			Tej Margarinos Zsemle Sertéspárizsival Jégsalátával			Tej Magyaros vajkrémés Korpás zsemle Paprikával			Eper tea Kockasajtos Teljeskiörlesű kenyér Kígyóborkával			Tej Sajtos pogácsa		
		Energia: 250.35 Kcal / 1,046.46 KJ			Energia: 493.83 Kcal / 2,064.21 KJ			Energia: 337.05 Kcal / 1,408.87 KJ			Energia: 260.46 Kcal / 1,088.72 KJ			Energia: 303.09 Kcal / 1,266.92 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8.15 g	4.69 g	2.02 g	20.79 g	26.37 g	6.96 g	12.24 g	14.01 g	6.28 g	10.01 g	7.01 g	3.76 g	9.26 g	18.70 g	5.86 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
43.53 g	9.99 g	1.43 g	42.96 g	0.00 g	1.39 g	40.10 g	0.00 g	0.68 g	38.97 g	9.99 g	1.29 g	24.08 g	0.00 g	0.96 g		
1,(6),(7),(10)			1,3,7			1,7			1,7			1,3,7				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Jó étvágyat kívánunk!

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

Eatrend Arrabona Zrt.  
9024 Győr, Hunyadi u. 14.  
Külföldi telephely: 7783408-5-13  
38. konyha

Élelmezésvezető