


Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Téli varázslat tea Magyaros vajkrémes Félbarna kenyér Póréhagymakarikával	Tej Kifli	Meggyes tea Vaníliás túrókrémes Teljes kiőrlésű kenyér	Kakaó Kalács	Citromos tea Majonézes tonhalkrémes Korpás kenyér Paprikával
		Energia: 350.69 Kcal / 1,465.88 KJ	Energia: 206.34 Kcal / 862.50 KJ	Energia: 216.79 Kcal / 906.18 KJ	Energia: 379.49 Kcal / 1,586.27 KJ	Energia: 300.79 Kcal / 1,257.30 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav
		7.03 g 8.72 g 4.05 g	10.56 g 3.28 g 1.73 g	7.99 g 2.07 g 0.77 g	14.06 g 9.33 g 4.24 g	5.16 g 9.24 g 3.40 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
60.52 g 0.00 g 0.00 g	33.40 g 0.00 g 0.68 g	41.23 g 12.39 g 0.09 g	59.51 g 14.19 g 0.90 g	48.82 g 20.38 g 0.72 g		
1,7	1,7	1,7,(12)	1,3,7	1,3,4,7,10		
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Fokhagymakrémeles Pírtott kenyérbarkával Csikós tokány Párolt rizszel	Májgaluskaleves Sajtos-tejfölös tészta Alma	Citromos almaleves Stefánia vagdalt Burgonyapürével	Tejfölös zöldbaleves Tarhonyás hús Céklasalátával	Tojásleves Zöldborsófőzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral
		Energia: 647.86 Kcal / 2,708.05 KJ	Energia: 421.53 Kcal / 1,762.00 KJ	Energia: 556.21 Kcal / 2,324.96 KJ	Energia: 618.48 Kcal / 2,585.25 KJ	Energia: 365.78 Kcal / 1,528.96 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav
		18.59 g 34.83 g 9.04 g	17.42 g 14.28 g 6.62 g	19.74 g 23.18 g 7.54 g	23.44 g 25.86 g 7.78 g	20.90 g 23.66 g 6.34 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
64.61 g 0.01 g 1.79 g	56.04 g 0.03 g 4.98 g	69.57 g 11.49 g 3.31 g	72.36 g 3.24 g 3.14 g	52.24 g 12.00 g 0.69 g		
1,7,9	1,3,7,9	1,3,7	1,3,7,9,15,(12)	1,3,7,9		
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Csokoládékrémes rúd	Olasz felvágottas Graham kenyér Margarinnal	Margarinos Zsemle Sajt szelettel Kígyóborkával	Csirkemellsonkás Rozskenyér Margarinnal	Gyümölcsös joghurt Korpás kifivel
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ	Energia: 244.26 Kcal / 1,021.01 KJ	Energia: 227.38 Kcal / 950.45 KJ	Energia: 193.87 Kcal / 810.38 KJ	Energia: 292.14 Kcal / 1,221.15 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav
		11.71 g 26.46 g 10.07 g	8.80 g 8.76 g 3.19 g	10.19 g 7.70 g 4.56 g	9.46 g 3.64 g 5.60 g	10.93 g 6.56 g 3.20 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
19.66 g 0.00 g 1.38 g	32.46 g 0.00 g 1.93 g	29.27 g 2.20 g 0.53 g	30.78 g 0.00 g 1.19 g	46.73 g 12.99 g 1.05 g		
1,7,(3),(6),(8),(11),(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 Kft.
 2100 Róbertreá, Pest út 65.
 Csoportos adószám: 17783408-5-13
 Adószám: 14893560-4-13
 23.
Élelmezésvezető