

Heti étlap 2025.02.24. - 2025.02.28.

 eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek																														
		Tízórai			Óvoda 4-6 éves			Óvoda 4-6 éves			Óvoda 4-6 éves			Óvoda 4-6 éves																														
 eatrend		Tej Mézes Félbarna kenyér Margarinnal			Csipkebogyós tea Magyaros vajkrémes Rozskenyér Lilahagymával			Kakaó Kifli Alma			Citromos tea Majonézes tonhalkrémes Rozskenyér Kígyóborkával Zabrudai			Meggyes tea Margarinos Korpás kenyér Főtt tojáskarikákkal																														
		Energia: 302.26 Kcal / 1,263.45 KJ			Energia: 319.93 Kcal / 1,337.31 KJ			Energia: 246.88 Kcal / 1,031.96 KJ			Energia: 324.23 Kcal / 1,355.28 KJ			Energia: 220.19 Kcal / 920.39 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	2.71 g	6.96 g	9.13 g	8.39 g	10.75 g	3.30 g	1.74 g	7.23 g	9.91 g	8.07 g	6.71 g	4.77 g	1.52 g																												
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																												
50.08 g			8.10 g			0.33 g			52.00 g			19.99 g			0.70 g			43.40 g			9.99 g			0.68 g			51.08 g			22.58 g			0.73 g			37.48 g			9.99 g			0.83 g		
1,7			1,7			1,7			1,3,4,7,10			1,3,(7)																																
Ebéd		Almás zellerkrémleves Levesgyönggyel			Erőleves Cérnametéllel			Rántott leves Pírtott kenyérbarkával			Sajtgaluskaleves			Lencseleves																														
		Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Zöldborsófőzelék Panírozott dinóval Félbarna kenyérral			Tejszínes-sajtos sertésragu Párolt rizszel			Vadas sertésragu Szarvacska tésztával			Fánk Baracklevárral Porcukorral																														
		Energia: 582.39 Kcal / 2,434.39 KJ			Energia: 399.20 Kcal / 1,668.66 KJ			Energia: 612.02 Kcal / 2,558.24 KJ			Energia: 545.09 Kcal / 2,278.48 KJ			Energia: 791.17 Kcal / 3,307.09 KJ																														
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																												
		25.55 g	25.51 g	8.70 g	14.60 g	11.32 g	1.54 g	19.96 g	26.08 g	7.77 g	23.37 g	23.94 g	6.84 g	21.65 g	35.95 g	6.49 g																												
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																														
62.37 g			1.79 g			5.30 g			59.86 g			12.05 g			0.87 g			73.20 g			0.02 g			1.11 g			58.83 g			0.54 g			6.22 g			94.58 g			16.82 g			1.49 g		
1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7,9			1,7,9			1,3,7,9,10,(12)			1,3,7,10,(12)																																
Uzsonna		Korpás kifli Kenőmájással Kígyóborkával			Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal			Margarinos Teljes kiőrlésű kenyér Sajt szelettel			Rácsos túrós táska			Diákcsomagolás Zsemle Margarinnal Paprikával																														
		Energia: 198.35 Kcal / 829.10 KJ			Energia: 220.86 Kcal / 923.19 KJ			Energia: 229.85 Kcal / 960.77 KJ			Energia: 308.00 Kcal / 1,287.44 KJ			Energia: 187.82 Kcal / 785.09 KJ																														
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír																												
		8.25 g	6.22 g	2.24 g	7.44 g	8.51 g	3.32 g	10.80 g	8.05 g	4.32 g	8.97 g	18.46 g	5.70 g	6.52 g	4.95 g	1.94 g																												
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só																												
27.13 g			2.20 g			0.79 g			28.56 g			0.00 g			0.96 g			28.47 g			0.00 g			0.54 g			26.37 g			0.00 g			1.46 g			29.28 g			0.00 g			0.44 g		
1,(6),(7),(10)			1,(7)			1,7			1,3,6,7,(8),(11),(12)			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-szulfít	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!



Élelmezésvezető