

## Heti étlap 2024.07.08. - 2024.07.12.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Puncsos tej Kifli	Erdei gyümölcsös limonádé Füstölt sonkakeremes Félbarna kenyér	Barackos tea Körözöttes Korpás kenyér	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.Zsír	Fehérje    Zsír    T.Zsír	Fehérje    Zsír    T.Zsír	Fehérje    Zsír    T.Zsír	Fehérje    Zsír    T.Zsír
		10.57 g    3.28 g    1.73 g	7.79 g    6.64 g    4.12 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    1.94 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    2.05 g	48.40 g    19.98 g    1.11 g	37.16 g    5.99 g    0.94 g	53.38 g    9.60 g    0.27 g		
1,7	1,7,(3),(6),(10),(11)	1,7	1,7	1,5,6,7,8		
<b>Ebéd</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Tárkonyos sertésraguleves  Burgonyás tészta Csemege uborkával	Rántottleves Pirított kenyérkockával  Stroganoff sertésragu Párolt rizszel	Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral  Dejós tészta Alma	Francia hagymaleves  Tejfölös zöldbabfőzelék Stefánia vagdalttal Félbarna kenyérral	Kertészleves  Bakonyi sertésragu Főtt tésztával
		Energia: 397.88 Kcal / 1,663.14 KJ	Energia: 444.60 Kcal / 1,858.43 KJ	Energia: 547.66 Kcal / 2,289.22 KJ	Energia: 496.16 Kcal / 2,073.95 KJ	Energia: 454.36 Kcal / 1,899.22 KJ
		Fehérje    Zsír    T.Zsír	Fehérje    Zsír    T.Zsír	Fehérje    Zsír    T.Zsír	Fehérje    Zsír    T.Zsír	Fehérje    Zsír    T.Zsír
		14.67 g    11.67 g    2.07 g	14.62 g    17.47 g    4.75 g	21.03 g    12.23 g    1.73 g	20.27 g    26.04 g    7.93 g	20.01 g    17.07 g    5.07 g
		Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só
58.50 g    0.01 g    2.88 g	56.77 g    0.02 g    1.91 g	87.56 g    10.49 g    4.74 g	44.78 g    0.00 g    2.24 g	54.64 g    0.01 g    4.67 g		
1,3,7,9,15,(12)	1,7,9,10,15,(12)	1,3,8,(5)	1,3,7	1,3,7,9		
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Soproni felvágottas Graham kenyér Margarinnal Paprikával	Csokoládékrémes rúd	Paprikás szalámis Zsemle Margarinnal Uborkával	Puding Korpás kiflivel	Zala felvágottas Korpás zsemle Margarinnal Jégcsapretekkel
		Energia: 248.18 Kcal / 1,037.39 KJ	Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ	Energia: 205.67 Kcal / 859.70 KJ	Energia: 126.03 Kcal / 526.81 KJ	Energia: 197.48 Kcal / 825.47 KJ
		Fehérje    Zsír    T.Zsír	Fehérje    Zsír    T.Zsír	Fehérje    Zsír    T.Zsír	Fehérje    Zsír    T.Zsír	Fehérje    Zsír    T.Zsír
		9.04 g    8.82 g    3.19 g	11.71 g    26.46 g    10.07 g	6.86 g    6.95 g    2.79 g	5.34 g    0.77 g    0.07 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	19.66 g    0.00 g    1.38 g	28.87 g    2.20 g    0.53 g	24.28 g    0.00 g    0.56 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-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.**  
 2160 Albertirsa, Pestl út 65.  
 Cégjegyzékszám: 17783408-5-13  
 Adószám: 14893560-4-13  
 23.

**Élelmezésvezető**