

Heti étlap 2024.07.29. - 2024.08.02.

| | | hétfő | kedd | szerda | csütörtök | péntek |
|------------------------------|-----------------------------|---|--|---|---|--|
| Tízórai | Óvoda 4-6 éves | Limonádé Fokhagymás felvágottas Rozskenyér Margarinnal | Vaníliás tej Kifli | Narancsos limonádé Sertés párizsis Korpás kenyér Margarinnal | Barackos tea Tonhalkrémes Félbarna kenyér Paprikával | Tej Barackleváros Félbarna kenyér Margarinnal |
| | | Energia: 265.19 Kcal / 1,108.49 KJ | Energia: 249.09 Kcal / 1,041.20 KJ | Energia: 216.63 Kcal / 905.51 KJ | Energia: 354.77 Kcal / 1,482.94 KJ | Energia: 298.45 Kcal / 1,247.52 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 |
| | | 8.83 g 9.28 g 7.71 g | 10.57 g 3.28 g 1.73 g | 6.37 g 6.01 g 2.28 g | 7.35 g 12.72 g 3.14 g | 12.73 g 5.60 g 2.71 g |
| | | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só |
| 36.22 g 5.99 g 1.60 g | 44.02 g 9.99 g 0.68 g | 34.11 g 6.10 g 1.22 g | 52.19 g 19.98 g 0.03 g | 49.11 g 6.23 g 0.33 g | | |
| 1,(7) | 1,7 | 1,(7) | 1,3,4,7,10 | 1,7,(12) | | |
| Ebéd | Óvoda 4-6 éves | Tejfölös zöldborsóleves Spenótos rakott tészta | Hamis gulyásleves Sárgaborsófőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral | Májgaluskaleves Dejós tészta Nektarin | Vegyes gyümölcsleves Hentes tokány Párolt rizszel | Erőleves Cérametélttel Mexikói húsos babragu Félbarna kenyérral |
| | | Energia: 543.61 Kcal / 2,272.29 KJ | Energia: 540.47 Kcal / 2,259.16 KJ | Energia: 457.10 Kcal / 1,910.68 KJ | Energia: 559.40 Kcal / 2,338.29 KJ | Energia: 529.43 Kcal / 2,213.02 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 |
| | | 31.27 g 21.54 g 5.01 g | 23.99 g 22.33 g 5.78 g | 15.26 g 6.78 g 0.65 g | 16.12 g 24.59 g 6.99 g | 26.04 g 17.74 g 4.38 g |
| | | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só |
| 55.95 g 0.04 g 3.47 g | 59.97 g 0.12 g 1.23 g | 84.14 g 10.52 g 4.54 g | 69.49 g 12.99 g 1.87 g | 65.76 g 0.00 g 1.91 g | | |
| 1,3,7,9 | 1,3,9,(6),(7),(12) | 1,3,8,9,(5) | 1,7,15,(12) | 1,3,9 | | |
| Uzsonna | Óvoda 4-6 éves | Meggyes táská | Diákcsemegés Graham kenyér Margarinnal Uborkával | Sajtos pogácsa | Gyümölcs joghurt Korpás kiflivel | Csirkemellsonkás Zsemle Margarinnal Salátalevéllal |
| | | Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ | Energia: 208.67 Kcal / 872.24 KJ | Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ | Energia: 292.14 Kcal / 1,221.15 KJ | Energia: 176.42 Kcal / 737.44 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 |
| | | 3.78 g 18.27 g 4.87 g | 7.78 g 5.14 g 1.96 g | 2.46 g 13.10 g 3.58 g | 10.93 g 6.56 g 3.20 g | 8.14 g 2.92 g 1.21 g |
| | | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só |
| 39.98 g 18.16 g 0.67 g | 32.77 g 2.20 g 1.42 g | 13.48 g 0.00 g 0.79 g | 46.73 g 12.99 g 1.05 g | 29.39 g 0.00 g 0.55 g | | |
| 1,7,(3),(6),(12) | 1,(7) | 1,3,7 | 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-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!



Élelmezésvezető