


Heti étlap 2024.09.09.-2024.09.13.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Tej Kalács			Citromos limonádé Majonézes tonhalkrémés Rozskenyér Paprikával			Karamellás tej Kifli Margarinnal			Barackos tea Paprikás szalámis Félbarna kenyér Margarinnal Paradicsommal			Narancsos limonádé Turista felvágottas Rozskenyér Margarinnal Paprikával		
		Energia: 338.95 Kcal / 1,416.81 KJ			Energia: 296.83 Kcal / 1,240.75 KJ			Energia: 273.83 Kcal / 1,144.61 KJ			Energia: 280.13 Kcal / 1,170.94 KJ			Energia: 261.35 Kcal / 1,092.44 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.87 g	9.31 g	4.23 g	7.04 g	13.14 g	7.48 g	10.56 g	5.28 g	2.63 g	8.13 g	7.24 g	2.70 g	9.39 g	8.19 g	7.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
49.51 g	4.20 g	0.90 g	36.96 g	5.99 g	0.73 g	45.89 g	12.49 g	0.68 g	45.41 g	13.19 g	0.46 g	37.31 g	6.10 g	0.59 g		
1,3,7			1,3,4,7,10			1,7			1,(7)			1,(7)				
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Tárkonyos zöldséglevés Sertéspaprikás Szarvacska tésztával			Magyaros burgonyaleves Lencsefőzelék Bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Csontleves Paradicsommártás Húsgombóccal Félbarna kenyérral			Brokkolikrémleves Pírtott kenyérkockával Csikós tokány Párolt rizzzel Alma			Minestrone leves Carbonara spagetti Reszelt sajt szóráttal		
		Energia: 556.07 Kcal / 2,324.37 KJ			Energia: 365.98 Kcal / 1,529.80 KJ			Energia: 436.16 Kcal / 1,823.15 KJ			Energia: 663.48 Kcal / 2,773.35 KJ			Energia: 559.09 Kcal / 2,337.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		22.36 g	27.20 g	6.95 g	22.31 g	23.70 g	6.86 g	15.60 g	18.06 g	4.43 g	19.31 g	31.71 g	7.92 g	30.76 g	22.77 g	8.69 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
55.01 g	0.01 g	1.87 g	49.96 g	1.21 g	1.38 g	52.28 g	8.01 g	1.93 g	73.88 g	0.02 g	1.40 g	57.70 g	0.01 g	1.62 g		
1,3,7,9			1,7,9,10,(12)			1,3,9			1,7,9			1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)				
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Pulykamellsonkás Korpás kenyér Margarinnal Uborkával			Helyben sült sajtkrémés rúd Körte			Bécsi felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Uborkával			Helyben sült kajszibarackos háromszög			Zöldfűszeres kockasajt Korpás kiflivel		
		Energia: 170.82 Kcal / 714.03 KJ			Energia: 187.24 Kcal / 782.66 KJ			Energia: 215.67 Kcal / 901.50 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 146.66 Kcal / 613.04 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.54 g	2.94 g	1.23 g	8.47 g	2.91 g	3.61 g	6.88 g	8.54 g	3.34 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	6.93 g	2.43 g	1.27 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.54 g	2.20 g	0.50 g	36.88 g	0.00 g	0.69 g	27.76 g	2.20 g	0.61 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g	24.00 g	0.00 g	0.54 g		
1,(7)			1,7			1,(7)			1,7,(3),(6),(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-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Arrabona Zrt.
 9024 Győr Hunyadi u. 14.
 Leír City Center „A” irodaház
 Csoportos adatszám: 17783405-S-13

Élelmezésvezető