

Heti étlap 2023.09.18 - 2023.09.22

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
eatrend Tízórai	Óvodás 4-6 éves	Tej Mogyorókrémes Kifli			Limonádé Helyben készült kolbászkrémes Félbarna kenyér			Citromos tea Margarinos Graham kenyér Szerencse felvágottal			Vaníliás tej Briós			Narancsos limonádé Natúr sajtkrémes Rozskenyér Paradicsommal		
		Energia: 313.45 Kcal / 1,310.22 KJ			Energia: 254.15 Kcal / 1,062.35 KJ			Energia: 305.65 Kcal / 1,277.62 KJ			Energia: 276.82 Kcal / 1,157.11 KJ			Energia: 262.13 Kcal / 1,095.70 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.86 g	9.48 g	1.86 g	6.93 g	8.06 g	3.66 g	8.77 g	6.31 g	2.29 g	10.42 g	6.22 g	2.95 g	7.41 g	8.83 g	9.11 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
44.80 g	9.60 g	0.68 g	37.93 g	5.99 g	0.11 g	53.23 g	19.98 g	1.55 g	44.46 g	15.53 g	0.59 g	37.85 g	6.10 g	0.94 g		
1,5,6,7,8			1,7			1,(7)			1,3,7			1,7				
Ebéd	Óvodás 4-6 éves	Jókai bableves Burgonyás tészta Vitamin saláta			Paradicsom leves Roston sült csirkemell Párolt rizsszel Párolt zöldséggel			Zellerkrém leves Pírtott kenyérgockával Rántott halrudacska Burgonyapürével Uborkasalátával			Tejfölös Gombaleves Rakott zöldbab bulgurral			Tojásleves Vadas sertés szelet Főtt tésztával Szilva		
		Energia: 454.84 Kcal / 1,901.23 KJ			Energia: 530.51 Kcal / 2,217.53 KJ			Energia: 766.78 Kcal / 3,205.14 KJ			Energia: 400.40 Kcal / 1,673.67 KJ			Energia: 379.69 Kcal / 1,587.10 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.33 g	22.72 g	6.41 g	24.47 g	12.15 g	1.50 g	22.68 g	41.60 g	7.38 g	17.48 g	18.40 g	5.39 g	19.99 g	10.58 g	2.51 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
46.95 g	0.03 g	1.72 g	71.05 g	3.18 g	2.17 g	72.95 g	8.41 g	3.94 g	42.12 g	0.00 g	2.52 g	50.69 g	0.51 g	5.07 g		
1,3,7,9			1,3,9,(10)			1,3,4,7,9			1,3,7,9			1,3,7,9,10,(12)				
Uzsonna	Óvodás 4-6 éves	Margarinos Rozskenyér Soproni felvágottal Paprikával			Margarinos Korpás zsemle Tavaszi felvágott Uborka karikákkal			Helyben sült sajtkrémes rúd			Margarinos Rozskenyér Füstölt pulyka párizsival Paprikával			Helyben sült csokoládékrémes rúd		
		Energia: 242.64 Kcal / 1,014.24 KJ			Energia: 192.95 Kcal / 806.53 KJ			Energia: 303.70 Kcal / 1,269.47 KJ			Energia: 218.32 Kcal / 912.58 KJ			Energia: 466.20 Kcal / 1,948.72 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.04 g	9.30 g	7.71 g	6.97 g	5.29 g	2.28 g	7.24 g	8.95 g	4.03 g	8.68 g	6.78 g	6.80 g	10.14 g	17.50 g	12.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.60 g	0.00 g	1.60 g	29.31 g	2.20 g	0.95 g	48.20 g	26.32 g	0.40 g	30.58 g	0.00 g	1.22 g	65.80 g	21.50 g	1.06 g		
1,(7)			1,(7)			1,7,(3),(5),(8)			1,(6),(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	

14
Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

2023.09.11 11:13:24 | QB - Élelem