


Heti étlap 2024.12.30. - 2025.01.03.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	Óvoda 4-6 év	Csipkebogyós tea Magyaros vajkrémes Rozskenyér			Tej Méz Zsemle Margarinnal			Ünnepnap			Barackos tea Majonézes tojáskrémes Korpás kenyér Paradicsommal			Kakaó Briós		
		Energia: 312.01 Kcal / 1,304.20 Kj			Energia: 283.68 Kcal / 1,185.78 Kj						Energia: 311.57 Kcal / 1,302.36 Kj			Energia: 274.61 Kcal / 1,147.87 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv				Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.72 g	9.11 g	8.39 g	11.54 g	5.35 g	2.66 g				6.22 g	10.16 g	2.79 g	10.60 g	6.24 g	2.96 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
50.34 g	19.99 g	0.70 g	47.20 g	8.10 g	0.39 g				48.82 g	19.98 g	1.24 g	43.84 g	15.53 g	0.59 g		
1,7			1,7						1,3,7,10,(12)			1,3,7				
Ebéd	Óvoda 4-6 év	Tárkonyos sertésraguleves Varga béles			Magyaros zöldbableves Vagdalt Burgonyapürével Alma						Hamis gulyásleves Lencsefőzelék Bécsi virslivel Félbarna kenyérral			Erőleves Töltött káposzta Félbarna kenyérral		
		Energia: 525.31 Kcal / 2,195.80 Kj			Energia: 560.55 Kcal / 2,343.10 Kj						Energia: 518.61 Kcal / 2,167.79 Kj			Energia: 312.54 Kcal / 1,306.42 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv				Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		19.20 g	16.30 g	3.26 g	19.88 g	24.43 g	6.88 g				16.93 g	24.71 g	6.08 g	12.26 g	18.83 g	4.64 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
75.52 g	24.84 g	1.72 g	63.37 g	0.01 g	3.75 g				56.89 g	2.07 g	2.85 g	45.92 g	0.02 g	3.70 g		
1,3,7,8,9,(5),(12)			1,3,7,9						7,9,10,(12)			1,7,9,15,(12)				
Uzsonna	Óvoda 4-6 év	Csokoládékrémes rúd			Toast felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Paprikával						Gyümölcsös joghurt Kifli			Tavaszi felvágottas Korpás zsemle Margarinnal Kígyóborkával		
		Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 Kj			Energia: 190.21 Kcal / 795.08 Kj						Energia: 275.39 Kcal / 1,151.13 Kj			Energia: 193.54 Kcal / 809.00 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv				Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11.71 g	26.46 g	10.07 g	10.30 g	3.09 g	1.05 g				9.35 g	6.07 g	3.23 g	7.02 g	5.30 g	2.32 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
19.66 g	0.00 g	1.38 g	30.28 g	0.00 g	0.60 g				45.25 g	12.99 g	0.90 g	29.40 g	2.75 g	0.95 g		
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-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!
 Eatrend Arrabona Zrt.
 9024 Győr Hunyadi u. 14.
 Lőrinc City Center „A” Irodaház
 Cseppentő adószám: 17733403-5-13

 Élelmésvetető