


Heti étlap 2024.07.22. - 2024.07.26.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvoda</b> <b>4-6 éves</b>	Tejeskávé Kifli			Limonádé Korpás kenyér Kenőmájás Uborka			Erdei gyümölcsös limonádé Vaníliás túrókrém Zsemle			Csipkebogyós tea Sonkakrém Graham kenyér Lilahagyma			Tej Fatörzs kifli		
		Energia: 270.86 Kcal / 1,132.19 KJ			Energia: 227.26 Kcal / 949.95 KJ			Energia: 199.54 Kcal / 834.08 KJ			Energia: 312.08 Kcal / 1,304.49 KJ			Energia: 363.03 Kcal / 1,517.47 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	6.83 g	5.84 g	2.17 g	7.22 g	1.68 g	0.86 g	8.17 g	6.68 g	2.85 g	13.80 g	9.25 g	4.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
49.45 g	15.98 g	0.68 g	36.34 g	8.19 g	0.93 g	38.58 g	8.39 g	0.07 g	54.36 g	19.99 g	1.10 g	55.72 g	10.75 g	0.89 g		
1,7		1,(6),(7),(10)			1,7,(12)			1,7			1,3,7					
<b>Ebéd</b>	<b>Óvoda</b> <b>4-6 éves</b>	Citromos almaleves Erdélyi sertéstokány Párolt rizs			Tavaszi zöldségleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya			Kolbásos burgonyaleves Káposztás tészta Porcukor Görögdinnye			Daragaluska leves Finomfőzelék Lenmagos húsgolyó Félbarna kenyér			Vegyes zöldségkrémleves Pírutott kenyérfocoka Rántott sertés szelet Tört burgonya Káposztasaláta		
		Energia: 524.87 Kcal / 2,193.96 KJ			Energia: 503.76 Kcal / 2,105.72 KJ			Energia: 470.15 Kcal / 1,965.23 KJ			Energia: 540.24 Kcal / 2,258.20 KJ			Energia: 655.98 Kcal / 2,742.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.87 g	21.34 g	6.08 g	17.15 g	18.27 g	4.49 g	15.70 g	11.89 g	2.88 g	22.08 g	23.51 g	5.96 g	21.77 g	28.88 g	4.72 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
70.45 g	11.49 g	2.22 g	66.94 g	8.00 g	1.19 g	74.32 g	13.00 g	2.85 g	59.07 g	3.01 g	2.77 g	75.86 g	8.00 g	3.27 g		
1,7		1,3,9			1,3,9			1,3,7,9			1,3,7,9					
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvoda</b> <b>4-6 éves</b>	Toast felvágott Rozskenyér Margarin Paprika			Kajszibarackos háromszög			Olasz felvágott Rozskenyér Margarin			Rácsos túrós táska			Kifli Kockasajt		
		Energia: 207.01 Kcal / 865.30 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 239.13 Kcal / 999.56 KJ			Energia: 308.00 Kcal / 1,287.44 KJ			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.82 g	4.56 g	5.91 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	8.84 g	9.25 g	7.71 g	8.97 g	18.46 g	5.70 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.62 g	0.00 g	0.98 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g	30.05 g	0.00 g	1.60 g	26.37 g	0.00 g	1.46 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g		
1,(7)		1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,3,6,7,(8),(11),(12)			1,7					

Az étlanváltoztatás íogát 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	

**Eatrend Kft.**  
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 14893560-4-13  
 19.

Élelmezésvezető