


Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|---|----------------------------|--|---------|---------|---|----------|---------|---|-----------------|---------|--|------------|---------|---|---------|--------|
|  Tízórai | Óvodás 4-6 éves | Téli varázslat tea Magyaros vajkrémes Félbarna kenyér Póréhagymakarikával | | | Kifli Tej | | | Meggyes tea Teljes kiőrlésű kenyér Vaníliás túrókrémmel | | | Kakaó Kalács | | | Citromos tea Majonézes tonhalkrémes Korpás kenyér Paprikával | | |
| | | Energia: 350.69 Kcal / 1,465.88 KJ | | | Energia: 206.34 Kcal / 862.50 KJ | | | Energia: 216.79 Kcal / 906.18 KJ | | | Energia: 379.49 Kcal / 1,586.27 KJ | | | Energia: 300.79 Kcal / 1,257.30 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 7.03 g | 8.72 g | 4.05 g | 10.56 g | 3.28 g | 1.73 g | 7.99 g | 2.07 g | 0.77 g | 14.06 g | 9.33 g | 4.24 g | 5.16 g | 9.24 g | 3.40 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 60.52 g | 27.98 g | 0.00 g | 33.40 g | 0.00 g | 0.68 g | 41.23 g | 12.39 g | 0.09 g | 59.51 g | 14.19 g | 0.90 g | 48.82 g | 20.38 g | 0.72 g | | |
| 1,7 | | | 1,7 | | | 1,7,(12) | | | 1,3,7 | | | 1,3,4,7,10 | | | | |
| Ebéd | Óvodás 4-6 éves | Fokhagymakrémleves Pirított kenyérkockával Csikós tokány Párolt rizszel | | | Májgaluskaleves Sajtos-tejfölös tészta Alma | | | Citromos almaleves Burgonyapüré Stefánia vagdalttal | | | Tejfőlés zöldbaleves Tarhonyáshús Céklasalátával | | | Tojásleves Zöldborsó főzelék Sült bécsi virslivel Félbarna kenyérral | | |
| | | Energia: 647.86 Kcal / 2,708.05 KJ | | | Energia: 421.53 Kcal / 1,762.00 KJ | | | Energia: 556.21 Kcal / 2,324.96 KJ | | | Energia: 522.91 Kcal / 2,185.76 KJ | | | Energia: 365.78 Kcal / 1,528.96 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 18.59 g | 34.83 g | 9.04 g | 17.42 g | 14.28 g | 6.62 g | 19.74 g | 23.18 g | 7.54 g | 20.57 g | 22.80 g | 6.52 g | 20.90 g | 23.66 g | 6.34 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 64.61 g | 0.01 g | 1.79 g | 56.04 g | 0.03 g | 4.98 g | 69.57 g | 11.49 g | 3.31 g | 58.26 g | 3.22 g | 1.68 g | 52.24 g | 12.00 g | 0.69 g | | |
| 1,7,9 | | | 1,3,7,9 | | | 1,3,7 | | | 1,3,7,9,15,(12) | | | 1,3,7,9 | | | | |
| Uzsonna | Óvodás 4-6 éves | Csokoládékrémes rúd | | | Olasz felvágottas Graham kenyér Margarinnal | | | Zsemle Sajt szelettel Margarinnal Kígyóuborkával | | | Csirkemellsonkás Rozskenyér Margarinnal | | | Korpás kifli Gyümölcsös joghurttal | | |
| | | Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ | | | Energia: 244.26 Kcal / 1,021.01 KJ | | | Energia: 227.38 Kcal / 950.45 KJ | | | Energia: 193.87 Kcal / 810.38 KJ | | | Energia: 292.14 Kcal / 1,221.15 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 11.71 g | 26.46 g | 10.07 g | 8.80 g | 8.76 g | 3.19 g | 10.19 g | 7.70 g | 4.60 g | 9.46 g | 3.64 g | 5.60 g | 10.93 g | 6.56 g | 3.20 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 19.66 g | 0.00 g | 1.38 g | 32.46 g | 0.00 g | 1.93 g | 29.27 g | 2.75 g | 0.53 g | 30.78 g | 0.00 g | 1.19 g | 46.73 g | 12.99 g | 1.05 g | | |
| 1,7,(3),(6),(8),(11),(12) | | | 1,(7) | | | 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-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

Jó étvágyat kívánunk!

EATREND KFT.
2700 ALKONYI, FŐHÍZ 01 05
CSEMPEKÖZÖS, FŐHÍZ 01 05
MAGYARORSZÁG, H-2700 ALKONYI

Élelmezésvezető