


Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvoda</b> <b>4-6 éves</b>	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér	Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrémes Korpás kenyér	Tej Mézes Korpás kifli Margarinnal	Csipkebogyós tea Kenőmájasos Rozskenyér Salátalevéllal Almával	Barackos tea Főtt tojáskarikák Korpás kenyér Margarinnal										
		Energia: 340.39 Kcal / 1,422.83 KJ	Energia: 255.71 Kcal / 1,068.87 KJ	Energia: 273.11 Kcal / 1,141.60 KJ	Energia: 305.84 Kcal / 1,278.41 KJ	Energia: 263.09 Kcal / 1,099.72 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.97 g	8.57 g	8.10 g	4.83 g	9.15 g	3.40 g	12.18 g	5.77 g	2.60 g	8.92 g	6.54 g	6.54 g	7.16 g	4.86 g	1.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.33 g	27.98 g	0.70 g	38.09 g	10.40 g	0.72 g	42.98 g	8.10 g	0.89 g	52.41 g	19.99 g	0.92 g	47.49 g	19.98 g	0.83 g		
1,7		1,3,4,7,10			1,7			1,(6),(7),(10)			1,3,(7)					
<b>Ebéd</b>	<b>Óvoda</b> <b>4-6 éves</b>	Cheddaros sajtkrémeleves pirított kenyérboc Tavaszi sertésragu Párolt rizszel	Májgaluskaleves Mákos metélt porcukor szórat	Tejfölös karfiolleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával Félbarna kenyérral	Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejbebríz Kakaó szóráttal	Rántott leves Pirított kenyérboc Bakonyi sertésragu Orsó tésztával										
		Energia: 563.51 Kcal / 2,355.47 KJ	Energia: 508.58 Kcal / 2,125.86 KJ	Energia: 514.39 Kcal / 2,150.15 KJ	Energia: 500.97 Kcal / 2,094.05 KJ	Energia: 481.04 Kcal / 2,010.75 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		17.49 g	28.13 g	9.17 g	21.72 g	11.48 g	5.20 g	17.10 g	19.42 g	5.13 g	18.74 g	9.92 g	2.91 g	22.53 g	18.76 g	5.65 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.18 g	0.04 g	1.53 g	79.85 g	29.18 g	1.57 g	67.07 g	8.01 g	1.44 g	83.80 g	34.46 g	1.24 g	55.03 g	0.02 g	4.94 g		
1,7,(3),(6),(10),(11)		1,3,7,9			1,3,7,9			1,7			1,3,7					
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvoda</b> <b>4-6 éves</b>	Helybensült kakaós csiga	Sertés párizsis Zsemle Félbarna kenyér Póréhagymával	Szendvics sonkás Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóuborkával	Helybensült sonkás- kukoricás pizza	Kifli Kockasajttal										
		Energia: 163.83 Kcal / 684.81 KJ	Energia: 202.71 Kcal / 847.33 KJ	Energia: 201.42 Kcal / 841.94 KJ	Energia: 308.62 Kcal / 1,290.03 KJ	Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		1.81 g	8.77 g	2.34 g	7.28 g	6.05 g	2.42 g	10.57 g	2.91 g	1.38 g	12.49 g	9.99 g	3.02 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
19.20 g	10.04 g	0.32 g	29.75 g	0.00 g	0.58 g	33.21 g	0.11 g	0.53 g	42.00 g	0.10 g	1.30 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g		
1,7,(3),(6),(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-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer |               |

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Kft.  
2740 Albertfalva, Pául ut. 65.  
Csaléti központ: 1133-3016-13  
1133-3017-1133-3014-13  
2025.03.17

Élelmezésvezető