


Heti étlap 2024.07.08. - 2024.07.12.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			
 eatrend Tízórai	Óvoda	Puncsos tej Kiflivel			Erdei gyümölcsös limonádé Füstölt sonkakrém Félbarna kenyér			Barackos tea Körözöttes Korpás kenyér			Limonádé Snidlinges sajtkrém Rozskenyér Paprikával			Mo Félb
		Energia: 253.99 Kcal / 1,061.68 Kj			Energia: 247.00 Kcal / 1,032.46 Kj			Energia: 242.13 Kcal / 1,012.10 Kj			Energia: 260.51 Kcal / 1,088.93 Kj			Energia: 35
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje
		10.57 g	3.28 g	1.73 g	7.79 g	6.64 g	3.04 g	7.09 g	2.08 g	0.88 g	7.43 g	8.88 g	9.10 g	13.98 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát
		45.24 g	10.03 g	0.68 g	38.74 g	5.99 g	0.22 g	48.40 g	19.98 g	1.11 g	37.16 g	5.99 g	0.94 g	53.38 g
		1,7			1,7,(3),(6),(10),(11)			1,7			1,7			1,5,6,7,8
Ebéd	Óvoda	Tárkonyos sertésraguleves Burgonyás tészta Csemege uborkával			Rántott leves Pirított kenyérkockával Stroganoff sertésragu Párolt rizszel			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejbedara Kakaó szóráttal Alma			Francia hagymaleves Stefánia vagdalt Tejfölös Zöldbabfőzelékkel Félbarna kenyérral			K Bako Or:
		Energia: 370.44 Kcal / 1,548.44 Kj			Energia: 444.60 Kcal / 1,858.43 Kj			Energia: 500.97 Kcal / 2,094.05 Kj			Energia: 496.16 Kcal / 2,073.95 Kj			Energia: 44
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje
		13.48 g	11.32 g	2.01 g	14.62 g	17.47 g	4.75 g	18.74 g	9.92 g	2.91 g	20.27 g	26.04 g	8.44 g	21.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát
		53.65 g	0.01 g	2.83 g	56.77 g	0.02 g	1.91 g	83.80 g	34.46 g	1.24 g	44.78 g	0.00 g	2.24 g	47.56 g
		1,7,9,15,(3),(12)			1,7,9,10,15,(12)			1,7			1,3,7			1,3,7,9

Heti étlap 2024.07.08. - 2024.07.12.

Uzsonna	Óvoda	Soproni felvágottas Margarinos Graham kenyér Paprikával			Csokoládékrémes rúd			Paprikás szalámis Margarinos Zsemle Uborkával			Poharas puding Korpás kiflivel			Zal M Koi Jég
		Energia: 248.18 Kcal / 1,037.39 Kj			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 Kj			Energia: 205.67 Kcal / 859.70 Kj			Energia: 126.03 Kcal / 526.81 Kj			Energia: 1
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje
		9.04 g	8.82 g	3.19 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	6.86 g	6.95 g	2.79 g	5.34 g	0.77 g	0.07 g	7.65 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát
		33.06 g	0.00 g	1.93 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	28.87 g	2.20 g	0.53 g	24.28 g	0.00 g	0.56 g	29.26 g
		1,(7)			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-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

.....
Élelmezésvezető

péntek

Tej
gyorókrémes
arna kenyér

9.35 Kcal / 1,502.08 Kj

Zsír	T.Zsírsv
9.80 g	1.94 g
Cukor	Só
9.60 g	0.27 g

értészeves
nyi sertésragu
só tésztával

17.82 Kcal / 1,871.89 Kj

Zsír	T.Zsírsv
18.82 g	5.49 g
Cukor	Só
0.01 g	4.98 g

a felvágottas margarinos rpiás zsemle csapretekkel	
97.48 Kcal / 825.47 Kj	
Zsir	T.Zsirsav
5.56 g	2.21 g
Cukor	Só
3.12 g	0.98 g

kivánunk!

.....