


Heti étlap 2024.07.29. - 2024.08.04.

|   |                                    | hétfő   |         |         | kedd   |               |         | szerda   |                      |         | csütörtök  |          |        | péntek   |                  |        | szombat  |         |         |
|---|------------------------------------|---|---------|---------|--|---------------|---------|--|----------------------|---------|--|----------|--------|--|------------------|--------|--|---------|---------|
| <br><b>Reggeli</b> | <b>Bölcsőde</b><br><b>1-3 éves</b> | Tej<br>Pulykamell sonkás<br>Rozskenyér<br>Margarinnal<br>Paprikával |         |         | Vaníliás tej<br>Kiflivel   |               |         | Narancsos limonádé<br>Margarinos<br>Teljes kiőrlésű kenyér<br>Reszelt sajtjal<br>Paradicsommal |                      |         | Tej<br>Tonhalkrémes<br>Félbarna kenyér<br>Paprikával               |          |        | Tej<br>Barackleváros<br>Félbarna kenyér<br>Margarinnal |                  |        | Limonádé<br>Korpás kenyér<br>Kenőmájassal<br>Uborkával |         |         |
|   |                                    | Energia: 312.83 Kcal / 1,307.63 KJ                                  |         |         | Energia: 242.46 Kcal / 1,013.48 KJ                               |               |         | Energia: 262.78 Kcal / 1,098.42 KJ   |                      |         | Energia: 391.65 Kcal / 1,637.10 KJ                                 |          |        | Energia: 321.96 Kcal / 1,345.79 KJ                     |                  |        | Energia: 209.91 Kcal / 877.42 KJ                       |         |         |
|   |                                    | Fehérje   | Zsír    | T.Zsír  | Fehérje  | Zsír          | T.Zsír  | Fehérje  | Zsír                 | T.Zsír  | Fehérje  | Zsír     | T.Zsír | Fehérje  | Zsír             | T.Zsír | Fehérje  | Zsír    | T.Zsír  |
|   |                                    | 15.65 g   | 9.16 g  | 8.60 g  | 8.87 g   | 4.48 g        | 2.38 g  | 10.80 g  | 8.27 g               | 4.02 g  | 13.63 g  | 18.22 g  | 6.18 g | 12.73 g  | 8.20 g           | 4.12 g | 6.17 g   | 4.48 g  | 1.66 g  |
|   |                                    | Szénhidrát  | Cukor   | Só      | Szénhidrát   | Cukor         | Só      | Szénhidrát   | Cukor                | Só      | Szénhidrát   | Cukor    | Só     | Szénhidrát   | Cukor            | Só     | Szénhidrát   | Cukor   | Só      |
| 41.77 g   | 0.00 g                             | 1.31 g  | 41.37 g | 9.99 g  | 0.58 g   | 36.08 g       | 6.10 g  | 0.55 g   | 42.78 g              | 0.00 g  | 0.26 g   | 49.11 g  | 6.23 g | 0.29 g   | 35.73 g          | 8.19 g | 0.88 g   |         |         |
| 1,7   |                                    |   | 1,7     |         |  | 1,7           |         |  | 1,3,4,7,10           |         |  | 1,7,(12) |        |  | 1,(6),(7),(10)   |        |  |         |         |
| <b>Tízórai</b>  | <b>Bölcsőde</b><br><b>1-3 éves</b> | Alma  |         |         | Nektarin   |               |         | Görögdiinnye   |                      |         | Nektarin   |          |        | Alma   |                  |        | Körte  |         |         |
|   |                                    | Energia: 52.18 Kcal / 218.11 KJ                                     |         |         | Energia: 27.64 Kcal / 115.54 KJ                                  |               |         | Energia: 31.13 Kcal / 130.12 KJ  |                      |         | Energia: 27.64 Kcal / 115.54 KJ                                    |          |        | Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ                         |                  |        | Energia: 26.50 Kcal / 110.77 KJ                        |         |         |
|   |                                    | Fehérje   | Zsír    | T.Zsír  | Fehérje  | Zsír          | T.Zsír  | Fehérje  | Zsír                 | T.Zsír  | Fehérje  | Zsír     | T.Zsír | Fehérje  | Zsír             | T.Zsír | Fehérje  | Zsír    | T.Zsír  |
|   |                                    | 0.60 g  | 0.60 g  | 0.00 g  | 0.47 g   | 0.23 g        | 0.03 g  | 0.50 g   | 0.20 g               | 0.00 g  | 0.47 g   | 0.23 g   | 0.03 g | 0.20 g   | 0.20 g           | 0.00 g | 0.20 g   | 0.15 g  | 0.00 g  |
|   |                                    | Szénhidrát  | Cukor   | Só      | Szénhidrát   | Cukor         | Só      | Szénhidrát   | Cukor                | Só      | Szénhidrát   | Cukor    | Só     | Szénhidrát   | Cukor            | Só     | Szénhidrát   | Cukor   | Só      |
| 10.50 g   | 0.00 g                             | 0.02 g  | 5.89 g  | 0.00 g  | 0.00 g   | 6.50 g        | 0.00 g  | 0.01 g   | 5.89 g               | 0.00 g  | 0.00 g   | 3.50 g   | 0.00 g | 0.01 g   | 6.00 g           | 0.00 g | 0.00 g   |         |         |
| 1,3,7,9   |                                    |   | 1,3,7   |         |  | 1,3,7,8,9,(5) |         |  | 1,9,(3),(6),(7),(12) |         |  | 1,3,7,9  |        |  | 1,3,7,9,(10)     |        |  |         |         |
| <b>Ebéd</b>   | <b>Bölcsőde</b><br><b>1-3 éves</b> | Tejfölös zöldborsóleves<br>Spenótos-húsos rakott tészta             |         |         | Gyümölcsle<br>Paraj főzelék<br>Főtt tojással<br>Főtt burgonyával |               |         | Májgaluska leves<br>Aranygaluska<br>Vanília sodóval<br>Nektarin                                |                      |         | Vegyes gyümölcsleves<br>Paradicsomos káposzta<br>Csirke aprósúttal |          |        | Gyümölcsle<br>Karábéfőzelék<br>Zabpelyhes vagdalttal   |                  |        | Brokkolikrémeles<br>Görög rakott burgonya              |         |         |
|   |                                    | Energia: 499.40 Kcal / 2,087.49 KJ                                  |         |         | Energia: 343.72 Kcal / 1,436.75 KJ                               |               |         | Energia: 674.80 Kcal / 2,820.66 KJ   |                      |         | Energia: 484.17 Kcal / 2,023.83 KJ                                 |          |        | Energia: 449.82 Kcal / 1,880.25 KJ                     |                  |        | Energia: 428.95 Kcal / 1,793.01 KJ                     |         |         |
|   |                                    | Fehérje   | Zsír    | T.Zsír  | Fehérje  | Zsír          | T.Zsír  | Fehérje  | Zsír                 | T.Zsír  | Fehérje  | Zsír     | T.Zsír | Fehérje  | Zsír             | T.Zsír | Fehérje  | Zsír    | T.Zsír  |
|   |                                    | 22.23 g   | 21.38 g | 6.21 g  | 12.31 g  | 12.97 g       | 2.95 g  | 22.76 g  | 24.02 g              | 6.63 g  | 17.65 g  | 24.01 g  | 6.47 g | 17.38 g  | 18.91 g          | 5.04 g | 24.36 g  | 8.48 g  | 2.05 g  |
|   |                                    | Szénhidrát  | Cukor   | Só      | Szénhidrát   | Cukor         | Só      | Szénhidrát   | Cukor                | Só      | Szénhidrát   | Cukor    | Só     | Szénhidrát   | Cukor            | Só     | Szénhidrát   | Cukor   | Só      |
| 54.29 g   | 0.46 g                             | 3.47 g  | 44.13 g | 15.69 g | 0.98 g   | 91.57 g       | 24.33 g | 1.74 g   | 48.20 g              | 10.31 g | 2.78 g   | 51.78 g  | 5.70 g | 1.63 g   | 62.69 g          | 0.09 g | 3.15 g   |         |         |
| 1,3,7,9   |                                    |   | 1,3,7   |         |  | 1,3,7,8,9,(5) |         |  | 1,9,(3),(6),(7),(12) |         |  | 1,3,7,9  |        |  | 1,3,7,9,(10)     |        |  |         |         |
| <b>Uzsonna</b>  | <b>Bölcsőde</b><br><b>1-3 éves</b> | Limonádé<br>Vaníliás-meggyes puding<br>Kiflivel                     |         |         | Málnás tea<br>Toast sonkás<br>Margarinos<br>Zsemle<br>Uborkával  |               |         | Tej<br>Sült zöldségkrémes<br>Félbarna kenyérral  |                      |         | Citromos tea<br>Poharas gyümölcsjoghurt<br>Kölesgolyóval           |          |        | Meggyes tea<br>Pritamin paprikás sajtkrémes<br>Zsemle  |                  |        | Tej<br>Vaníliakrémes rúd                               |         |         |
|   |                                    | Energia: 292.71 Kcal / 1,223.53 KJ                                  |         |         | Energia: 242.31 Kcal / 1,012.86 KJ                               |               |         | Energia: 336.91 Kcal / 1,408.28 KJ   |                      |         | Energia: 248.57 Kcal / 1,039.02 KJ                                 |          |        | Energia: 235.52 Kcal / 984.47 KJ                       |                  |        | Energia: 485.90 Kcal / 2,031.06 KJ                     |         |         |
|   |                                    | Fehérje   | Zsír    | T.Zsír  | Fehérje  | Zsír          | T.Zsír  | Fehérje  | Zsír                 | T.Zsír  | Fehérje  | Zsír     | T.Zsír | Fehérje  | Zsír             | T.Zsír | Fehérje  | Zsír    | T.Zsír  |
|   |                                    | 8.20 g  | 2.33 g  | 1.11 g  | 6.68 g   | 6.41 g        | 3.13 g  | 13.73 g  | 11.20 g              | 4.63 g  | 6.50 g   | 6.02 g   | 3.17 g | 5.70 g   | 6.16 g           | 3.57 g | 18.51 g  | 32.06 g | 13.11 g |
|   |                                    | Szénhidrát  | Cukor   | Só      | Szénhidrát   | Cukor         | Só      | Szénhidrát   | Cukor                | Só      | Szénhidrát   | Cukor    | Só     | Szénhidrát   | Cukor            | Só     | Szénhidrát   | Cukor   | Só      |
| 58.80 g   | 15.98 g                            | 0.57 g  | 39.14 g | 12.19 g | 0.14 g   | 44.78 g       | 0.00 g  | 0.34 g   | 42.25 g              | 28.02 g | 0.49 g   | 39.00 g  | 9.99 g | 0.24 g   | 30.26 g          | 0.00 g | 1.61 g   |         |         |
| 1,7   |                                    |   | 1,7     |         |  | 1,3,7,10,(12) |         |  | 7,(1)                |         |  | 1,7      |        |  | 1,7,(3),(6),(12) |        |  |         |         |

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 Kft.**  
 2730 Algyő, Pesti út 85.  
 Csoportos előfoglalás: 03-5-13  
 Adószám: 17893560-4-13

Élelmézszevető

