

Heti étlap 2023.09.25 - 2023.09.29

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvodás 4-6 éves	Kakaó Kiflivel			Barackos tea Pritaminpaprikás sajtkrémés Rozskenyér			Mentás limonádé Margarinos Korpás kenyér Zala felvágottal			Tej Margarinos Félbarna kenyér Mézszel			Csipkebogyó tea Snidlinges vajkrémés Korpás zsemle Paradicsommal		
		Energia: 249.62 Kcal / 1,043.41 KJ			Energia: 295.87 Kcal / 1,236.74 KJ			Energia: 213.64 Kcal / 893.02 KJ			Energia: 302.26 Kcal / 1,263.45 KJ			Energia: 293.25 Kcal / 1,225.79 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.75 g	3.50 g	1.86 g	7.47 g	6.97 g	7.96 g	6.70 g	5.59 g	2.07 g	12.72 g	5.60 g	2.71 g	5.58 g	7.83 g	3.72 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
43.50 g	9.99 g	0.68 g	50.40 g	19.98 g	0.88 g	33.82 g	5.99 g	1.16 g	50.08 g	8.10 g	0.33 g	49.69 g	19.99 g	0.51 g		
1,7			1,7			1,(7)			1,7			1,7				
Ebéd	Óvodás 4-6 éves	Kerti zöldségleves Paprikás burgonya Vegyesvágottal Félbarna kenyérral			Palócgulyás leves Félbarna kenyérral Ízes derelye Porcukor szóráttal Gyümölcsnap: Körte, Szilva			Póréhagyma krémleves Levesgyönggyel Hentes tokány Párolt rizszel			Hamis gulyásleves Zöldborsó főzelék Csirke nuggetssel Félbarna kenyérral			Grízgaluska leves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával		
		Energia: 390.36 Kcal / 1,631.70 KJ			Energia: 501.08 Kcal / 2,094.51 KJ			Energia: 599.04 Kcal / 2,503.99 KJ			Energia: 475.16 Kcal / 1,986.17 KJ			Energia: 426.78 Kcal / 1,783.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		14.78 g	12.96 g	4.21 g	12.85 g	18.08 g	3.15 g	17.58 g	29.85 g	8.63 g	27.64 g	12.85 g	0.85 g	13.56 g	19.37 g	4.95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
52.59 g	0.01 g	2.96 g	67.45 g	12.78 g	2.43 g	64.13 g	0.26 g	2.88 g	61.40 g	12.00 g	2.55 g	48.63 g	8.00 g	1.88 g		
1,9,15,(10),(12)			1,3,7,9			1,3,7,9,15,(12)			1,7,9,(3)			1,3,9,(7)				
Uzsonna	Óvodás 4-6 éves	Margarinos Korpás kenyér Toast felvágottal Paprikával			Margarinos Zsemle Paprikás szalámival Paprikával			Gyümölcsös joghurt Keksz			Margarinos Rozskenyér Olasz felvágottal Uborkával			Helyben sült virslis- ketchupos párna Alma		
		Energia: 181.61 Kcal / 759.13 KJ			Energia: 207.24 Kcal / 866.26 KJ			Energia: 300.79 Kcal / 1,257.30 KJ			Energia: 241.07 Kcal / 1,007.67 KJ			Energia: 447.82 Kcal / 1,871.89 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8.70 g	3.84 g	1.39 g	6.90 g	6.99 g	2.64 g	8.04 g	9.09 g	4.04 g	9.00 g	9.26 g	7.86 g	7.63 g	33.89 g	9.54 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.04 g	0.00 g	0.98 g	29.13 g	0.00 g	0.52 g	46.09 g	19.83 g	0.78 g	30.34 g	2.20 g	1.61 g	27.33 g	0.00 g	2.48 g		
1,(7)			1,(7)			1,7,(3),(5),(8)			1,(7)			1,7,10,(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-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	

1/1
Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető
2023.09.19 7:40:38 | QB - Élelem