

Heti étlap 2023.10.09 - 2023.10.13

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
eatrend	Tízórai	Tej Mogyorókrémes Félbarna kenyér			Citromos tea Padlizsánkrémes Félbarna kenyér			Barackos tea Margarinos Korpás kenyér Paprikás szálamival Paradicsommal			Csokis tej Brióssal			Meggyes tea Margarinos Rozskenyér Pulykamell sonkával Paradicsommal		
		Energia: 359.35 Kcal / 1,502.08 Kj			Energia: 312.47 Kcal / 1,306.12 Kj			Energia: 283.85 Kcal / 1,186.49 Kj			Energia: 234.07 Kcal / 978.41 Kj			Energia: 239.04 Kcal / 999.19 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.98 g	9.80 g	1.94 g	6.51 g	8.63 g	4.05 g	6.62 g	7.08 g	2.52 g	10.41 g	6.22 g	2.95 g	9.73 g	3.69 g	5.61 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
53.38 g	9.60 g	0.27 g	51.77 g	19.98 g	0.00 g	48.20 g	19.98 g	1.16 g	33.84 g	5.54 g	0.59 g	41.58 g	9.99 g	1.19 g		
		1,5,6,7,8			1,7,(10)			1,(7)			1,3,7			1,(7)		
Ebéd	Óvodás 4-6 éves	Zellerkrém leves Levesgyönggyel Tavaszi rizseshús Céklasalátával			Citromos almaleves Rántott csirkemell Burgonyapürével Gyümölcsnap: Szilva, Körte			Frankfurti leves Mákos tészta			Lebbencsleves Finomfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Zöldségleves vajgaluskával Sertéspörkölt Főtt tésztával Házi káposztasalátával		
		Energia: 555.14 Kcal / 2,320.49 Kj			Energia: 747.99 Kcal / 3,126.60 Kj			Energia: 419.56 Kcal / 1,753.76 Kj			Energia: 537.00 Kcal / 2,244.66 Kj			Energia: 561.47 Kcal / 2,346.94 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.59 g	23.61 g	7.57 g	24.17 g	33.26 g	5.63 g	14.10 g	11.44 g	3.42 g	22.51 g	18.96 g	5.47 g	21.19 g	23.91 g	6.55 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
65.43 g	3.48 g	1.59 g	89.75 g	11.49 g	3.19 g	64.46 g	10.02 g	5.37 g	67.71 g	3.01 g	1.89 g	64.61 g	4.03 g	5.65 g		
		1,3,7,9,15,(12)			1,3,7			1,7,(3),(6),(9),(12)			1,3,7,9			1,3,9,(7)		
Uzsonna	Óvodás 4-6 éves	Margarinos Korpás zsemle Májusi csemegével Paprikával			Margarinos Rozskenyér Sertés párizsival Uborkával			Puding Keksz			Margarinos Korpás zsemle Soproni felvágottal Paprikával			Helyben sült vaníliakrémes rúd Alma		
		Energia: 194.52 Kcal / 813.09 Kj			Energia: 216.75 Kcal / 906.02 Kj			Energia: 303.70 Kcal / 1,269.47 Kj			Energia: 224.78 Kcal / 939.58 Kj			Energia: 386.20 Kcal / 1,614.32 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.01 g	5.33 g	2.13 g	8.64 g	6.74 g	6.95 g	7.24 g	8.95 g	4.03 g	7.68 g	8.57 g	3.32 g	11.95 g	26.70 g	10.07 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.57 g	0.00 g	0.94 g	30.32 g	2.20 g	1.23 g	48.20 g	26.32 g	0.40 g	29.16 g	0.00 g	1.41 g	23.86 g	0.00 g	1.39 g		
		1,(7)			1,(7)			1,7,(3),(5),(8)			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-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 | |
- 1/1
Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető
2023.10.03 7:35:54 | QB - Élelem