

Heti étlap 2023.11.06 - 2023.11.10

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
eatrend	Tízórai	Tej Margarinos Félbarna kenyér Baracklekárral			Citromos tea Margarinos Korpás kenyér Kópé felvágottal			Barackos tea Pritaminos sajtkrém Félbarna kenyér Csirkemell sonkával Uborkával			Kakaó Fatörzs kiflivel			Csipkebogyó tea Magyaros vajkrém Rozskenyér Paprikával		
		Energia: 298.45 Kcal / 1,247.52 KJ			Energia: 268.45 Kcal / 1,122.12 KJ			Energia: 321.05 Kcal / 1,341.99 KJ			Energia: 406.31 Kcal / 1,698.38 KJ			Energia: 315.93 Kcal / 1,320.59 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.73 g	5.60 g	2.71 g	6.80 g	5.58 g	2.07 g	10.89 g	7.07 g	3.95 g	13.99 g	9.47 g	4.33 g	6.96 g	9.17 g	8.39 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor				
Só			Só			Só			Só			Só				
49.11 g			47.58 g			53.02 g			65.82 g			50.94 g				
6.23 g			23.98 g			22.18 g			20.74 g			19.99 g				
0.33 g			1.16 g			0.62 g			0.89 g			0.70 g				
1,7,(12)			1,(7)			1,7			1,3,7			1,7				
Ebéd	Óvodás 4-6 éves	Brokkoli krém leves Levesgyönggyel Borsos tokány Főtt tésztával			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Túrótöltelikes gombóc Vaníliás tejföllel Gyümölcsnap: Körte, Mandarin			Csontleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával			Lebencsleves Kaprok tejfölös tökfőzelék Sertés pörkölttel Félbarna kenyérral			Vegyes gyümölcsleves Rántott csirkemell Párolt rizszel Tartármártással		
		Energia: 529.12 Kcal / 2,211.72 KJ			Energia: 829.01 Kcal / 3,465.26 KJ			Energia: 427.96 Kcal / 1,788.87 KJ			Energia: 497.66 Kcal / 2,080.22 KJ			Energia: 1,002.68 Kcal / 4,191.20 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		20.56 g	21.98 g	6.65 g	24.50 g	40.52 g	13.62 g	14.70 g	18.09 g	4.40 g	18.12 g	20.90 g	6.56 g	22.88 g	62.09 g	9.21 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor				
Só			Só			Só			Só			Só				
61.49 g			90.55 g			50.72 g			58.35 g			88.65 g				
0.28 g			24.97 g			8.01 g			7.00 g			13.59 g				
6.31 g			2.49 g			1.94 g			1.22 g			1.79 g				
1,3,7,9			1,7,(3),(6),(12)			1,3,9			1,7,9,(3)			1,3,7,10,(12)				
Uzsonna	Óvodás 4-6 éves	Margarinos Korpás zsemle Sertés párizsival Paprikával			Helyben sült barackos pudingos párna			Puding Keksszel			Margarinos Graham kenyér Májusi csemegével Jégcsapretekkel			Helyben sült kakaós csiga Alma		
		Energia: 200.46 Kcal / 837.92 KJ			Energia: 347.85 Kcal / 1,454.01 KJ			Energia: 303.70 Kcal / 1,269.47 KJ			Energia: 216.82 Kcal / 906.31 KJ			Energia: 191.54 Kcal / 800.64 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.32 g	6.05 g	2.41 g	5.30 g	13.80 g	6.20 g	7.24 g	8.95 g	4.03 g	8.35 g	5.54 g	2.01 g	3.17 g	11.76 g	4.03 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
Cukor			Cukor			Cukor			Cukor			Cukor				
Só			Só			Só			Só			Só				
29.14 g			49.50 g			48.20 g			33.40 g			18.02 g				
0.00 g			16.60 g			26.32 g			3.12 g			5.90 g				
1.03 g			0.60 g			0.40 g			1.47 g			0.37 g				
1,(7)			1,7,(3),(5),(8)			1,7			1,7,(3)			1,7,(3)				

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	

Quadro Byte Zrt Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmésvezető

2023.10.31 11:04:40 | QB - Élelem