

Heti étlap 2023.11.20 - 2023.11.24

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
eatrend	Tízórai	Tej Margarinos Rozskenyér Mézzel			Citromos tea Margarinos Korpás kenyér Sajt szelettel Paradicsommal			Vaníliás tej Fahéjas csiga			Meggyes tea Majonézes tonhalkrém Graham kenyér Paprikával			Házi gyümölcsjoghurt Kiflivel		
		Energia: 327.28 Kcal / 1,368.03 KJ			Energia: 324.12 Kcal / 1,354.82 KJ			Energia: 287.37 Kcal / 1,201.21 KJ			Energia: 343.36 Kcal / 1,435.24 KJ			Energia: 244.64 Kcal / 1,022.60 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.91 g	6.26 g	7.80 g	10.17 g	7.81 g	4.29 g	11.27 g	7.71 g	2.72 g	8.09 g	12.73 g	2.96 g	7.94 g	4.60 g	2.44 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
53.63 g			53.05 g			42.87 g			48.60 g			42.55 g				
1,7			1,7			1,7			1,3,4,7,10			1,7				
Ebéd	Óvodás 4-6 éves	Palócgulyás leves Félbarna kenyérral Tejbedara Kakaó szórattal			Kertészleves Zöldfűszeres csirkemell Párolt rizszel Párolt zöldséggel Gyümölcsnap: Banán, Körte			Magyaros csipetkeleves Zöldborsó főzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérral			Kukoricakrémleves Tortilla chipsszel Sertéspaprikás Főtt tésztával Céklasalátával			Paradicsom leves Sült csirkecomb Petrezselymes burgonyával Házi káposztasalátával		
		Energia: 527.66 Kcal / 2,205.62 KJ			Energia: 478.50 Kcal / 2,000.13 KJ			Energia: 428.46 Kcal / 1,790.96 KJ			Energia: 729.01 Kcal / 3,047.26 KJ			Energia: 550.71 Kcal / 2,301.97 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		18.11 g	12.12 g	4.01 g	23.04 g	12.75 g	1.51 g	15.95 g	9.01 g	1.95 g	22.87 g	32.24 g	7.82 g	37.79 g	17.07 g	2.99 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
85.82 g			58.01 g			70.88 g			85.63 g			61.07 g				
1,7,9			9			1,3,7,9			1,7,9,15,(3),(12)			1,3,9,(10)				
Uzsonna	Óvodás 4-6 éves	Margarinos Zsemle Paprikás szalámmal			Helyben sült csokoládékrém párna			Müzliszelet Alma			Margarinos Félbarna kenyér Toast felvágottal Uborkával			Kakaós minikuglóf		
		Energia: 203.32 Kcal / 849.88 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 88.17 Kcal / 368.55 KJ			Energia: 232.02 Kcal / 969.84 KJ			Energia: 466.20 Kcal / 1,948.72 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.66 g	6.93 g	2.64 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	2.25 g	1.75 g	1.10 g	11.58 g	4.14 g	1.75 g	10.14 g	17.50 g	12.20 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
28.53 g			19.66 g			15.75 g			37.03 g			65.80 g				
1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(5),(6),(7),(8),(11),(12)			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	

1/1
Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető

2023.11.14 11:36:43 | QB - Élelem