

Heti étlap 2023.12.04 - 2023.12.08

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvodás 4-6 éves	Almás-fahéjas tea Zöldfűszeres vajkrémes Félbarna kenyér Paradicsommal			Tej Fatörzs kifelével			Citromos tea Kenőmájásos Graham kenyér Uborkával			Karamellás tej Narancsos minikuglóf			Barackos tea Margarinos Rozskenyér Szendvics sonkával Paradicsommal		
		Energia: 350.77 Kcal / 1,466.22 KJ			Energia: 363.03 Kcal / 1,517.47 KJ			Energia: 313.06 Kcal / 1,308.59 KJ			Energia: 613.45 Kcal / 2,564.22 KJ			Energia: 285.83 Kcal / 1,194.77 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		6.97 g	8.72 g	4.06 g	13.80 g	9.25 g	4.20 g	9.05 g	6.07 g	2.17 g	16.94 g	20.50 g	13.83 g	11.22 g	3.50 g	5.54 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
60.58 g	27.98 g	0.00 g	55.72 g	10.75 g	0.89 g	55.15 g	22.18 g	1.26 g	88.89 g	33.99 g	1.33 g	52.15 g	19.98 g	1.22 g		
1,7			1,3,7			1,(6),(7),(10)			7			1,(7)				
Ebéd	Óvodás 4-6 éves	Magyaros csipetkeleves Tavaszi sertésragu Párolt rizszel Céklasalátával			Tejfölös karfiolleves Rakott burgonya Gyümölcsnap: Banán, Mandarin			Vegyes gyümölcsleves Rántott halrúd Kukoricás rizszel Tartármártással Mikulás			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Sajtos-tejfölös tészta			Csontleves Lencsefőzelék Sertés pörkölttel Félbarna kenyérral		
		Energia: 618.34 Kcal / 2,584.66 KJ			Energia: 486.38 Kcal / 2,033.07 KJ			Energia: 701.53 Kcal / 2,932.40 KJ			Energia: 553.27 Kcal / 2,312.67 KJ			Energia: 518.69 Kcal / 2,168.12 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		18.54 g	27.08 g	6.60 g	17.17 g	24.95 g	8.87 g	27.30 g	35.61 g	6.57 g	24.07 g	19.93 g	7.78 g	25.21 g	22.71 g	6.37 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
72.69 g	3.21 g	4.31 g	47.31 g	0.02 g	5.79 g	68.99 g	29.43 g	1.06 g	68.63 g	0.00 g	5.16 g	52.76 g	1.22 g	1.97 g		
1,3,9,15,(12)			1,3,7,9			1,3,4,7,10,(12)			1,7,(3)			1,3,7,9,10,(12)				
Uzsonna	Óvodás 4-6 éves	Margarinos Korpás zsemle Baromfi párizsival			Margarinos Korpás kenyér Tavaszi felvágottal Paprikával			Gyümölcsös joghurt Kekszsel			Margarinos Korpás zsemle Zala felvágottal Paprikával			Helyben sült meggyes párna Alma		
		Energia: 196.54 Kcal / 821.54 KJ			Energia: 186.98 Kcal / 781.58 KJ			Energia: 300.79 Kcal / 1,257.30 KJ			Energia: 198.58 Kcal / 830.06 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		7.08 g	5.99 g	2.41 g	6.25 g	5.34 g	2.00 g	8.04 g	9.09 g	4.04 g	7.67 g	5.60 g	2.20 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.54 g	0.00 g	1.03 g	28.43 g	0.00 g	1.13 g	46.09 g	19.83 g	0.78 g	29.33 g	0.00 g	0.97 g	39.98 g	18.16 g	0.67 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-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	
Quadro Byte Zrt				1/1 Oldalak	

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető
2023.11.28 7:21:09 | QB - Élelem