

Heti étlap 2023.12.25 - 2023.12.29

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek							
eatrend	Tízórai	ÜNNEPNAP			Almás-fahéjas tea Natúr sajtkrémés Félbarna kenyér Paprikával	Erdei gyümölcsstea Margarinos Korpás kenyér Soproni felvágottal Uborkával	Tejeskávé Fatörzs kifelével						
					Energia: 350.01 Kcal / 1,463.04 KJ	Energia: 256.82 Kcal / 1,073.51 KJ	Energia: 427.55 Kcal / 1,787.16 KJ						
					Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
					7.61 g	8.44 g	4.76 g	6.98 g	8.56 g	3.34 g	13.81 g	9.25 g	4.20 g
					Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
			60.38 g	27.98 g	0.24 g	37.77 g	12.20 g	1.61 g	71.77 g	26.73 g	0.89 g		
			1,7			1,(7)			1,3,7				
Ebéd	Óvodás 4-6 éves				Legényfogó leves Mákos tészta Gyümölcsnap: Banán, Narancs	Kukoricagaluska leves Csikós tokány Párolt rizszel	Pirított tésztaleves Burgonyafőzelék Sült bécsi rudacskával Félbarna kenyérel						
					Energia: 509.04 Kcal / 2,127.79 KJ	Energia: 495.69 Kcal / 2,071.98 KJ	Energia: 476.30 Kcal / 1,990.93 KJ						
					Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
					18.39	10.85 g	2.39 g	17.90 g	22.47 g	4.82 g	16.67 g	20.19 g	6.53 g
					Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
			83.40	10.00 g	5.56 g	55.09 g	0.01 g	2.55 g	55.99 g	0.01 g	4.50 g		
			1,7,9,(3)			1,3,7,9			1,7,9,(3)				
Uzsonna	Óvodás 4-6 éves				Margarinos Korpás zsemle Baromfi párizsival	Gyümölcsös joghurt Keksszel	Margarinos Graham kenyér Tavaszi felvágottal Paprikával						
					Energia: 196.54 Kcal / 821.54 KJ	Energia: 300.79 Kcal / 1,257.30 KJ	Energia: 217.92 Kcal / 910.91 KJ						
					Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
					7.08 g	5.99 g	2.41 g	8.04 g	9.09 g	4.04 g	8.37 g	5.58 g	2.00 g
					Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
			28.54 g	0.00 g	1.03 g	46.09 g	19.83 g	0.78 g	33.47 g	0.00 g	1.46 g		
			1,(7)			1,7,(3),(5),(8)			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-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | Quadro Byte Zít | 9-zeller | 12-kéndioxid-szállító | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!