

Heti étlap 2024.01.22 - 2024.01.26

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
eatrend	Tízórai	Tej Gabonagolyó			Erdei gyümölcsstea Körözöttes Rozs kenyér			Poharas tej Varázs szívószál Kalács			Meggyes tea Margarinos Korpás kenyér Soproni felvágottal Paradicsommal			Barackos tea Margarinos Félbarna kenyér Zala felvágottal Uborkával		
		Energia: 208.05 Kcal / 869.65 KJ			Energia: 224.99 Kcal / 940.46 KJ			Energia: 338.95 Kcal / 1,416.81 KJ			Energia: 258.49 Kcal / 1,080.49 KJ			Energia: 299.28 Kcal / 1,250.99 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9.11 g	3.18 g	1.66 g	8.79 g	2.72 g	5.40 g	14.58 g	9.57 g	4.39 g	6.95 g	8.57 g	3.20 g	9.33 g	5.91 g	2.40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
35.50 g	0.00 g	0.95 g	40.98 g	10.00 g	1.11 g	54.73 g	9.22 g	0.98 g	38.22 g	9.99 g	1.60 g	51.96 g	22.18 g	0.47 g		
7,(1),(3),(5)			1,7			1,3,6,7			1,(7)			1,(7)				
Ebéd	Óvodás 4-6 éves	Lencsegulyás Félbarna kenyérral Burgonyás tészta Csemege uborkával			Daragaluska leves Sajtos- tejszínes csirkemell Kukoricás rizzsel Gyümölcsnap: Banán, Mandarin			Csurgatott tojásleves Zöldborsó főzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérral			Csontleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal			Fahéjas szilvaleves Rántott csirkemell Burgonyapürével		
		Energia: 603.88 Kcal / 2,524.22 KJ			Energia: 471.83 Kcal / 1,972.25 KJ			Energia: 311.87 Kcal / 1,303.62 KJ			Energia: 505.46 Kcal / 2,112.82 KJ			Energia: 694.79 Kcal / 2,904.22 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		25.19 g	16.74 g	3.14 g	23.15 g	14.40 g	3.50 g	13.48 g	5.02 g	0.99 g	22.73 g	19.50 g	6.94 g	22.55 g	31.80 g	5.32 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
87.09 g	0.00 g	2.72 g	62.68 g	0.18 g	3.84 g	53.48 g	12.06 g	0.76 g	59.09 g	1.55 g	5.99 g	77.79 g	12.99 g	2.83 g		
1,7,10,15,(3),(12)			1,3,7,9,(10)			1,3,7,9			1,3,7,9,(6),(12)			1,3,7				
Uzsonna	Óvodás 4-6 éves	Margarinos Korpás kenyér Paprikás szalámmal Paprikával			Puding Kiflivel			Margarinos Graham kenyér Baromfi párizsival Paprikával			Helyben sült vaníliakrémes párna Alma			Kockasajt Korpás kiflivel		
		Energia: 199.70 Kcal / 834.75 KJ			Energia: 278.30 Kcal / 1,163.29 KJ			Energia: 223.86 Kcal / 935.73 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 201.34 Kcal / 841.60 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.14 g	7.00 g	2.51 g	8.55 g	5.93 g	3.22 g	8.68 g	6.30 g	2.28 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	9.52 g	7.02 g	3.79 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27.99 g	0.00 g	1.16 g	47.36 g	19.48 g	0.52 g	33.04 g	0.00 g	1.55 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	24.78 g	0.00 g	1.26 g		
1,(7)			1,7			1,(7)			1,7,(3),(6),(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-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

2024.01.15 10:54:46 | QB - Élelem