


Heti étlap 2024.04.15. - 2024.04.19.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	Óvodás (4-6 év)	Puncsos tej Fatörzs kiflivel	Meggyes tea Csicszeriborsó krémes Félbarna kenyér Uborkával	Erdei gyümölcsös tea Körözöttes Korpás kenyér	Barackos tea Amerikai hot-dog	Tej Magyorkrémes Félbarna kenyér
		Energia: 410.68 Kcal / 1,716.64 KJ	Energia: 265.23 Kcal / 1,108.66 KJ	Energia: 199.59 Kcal / 834.29 KJ	Energia: 348.29 Kcal / 1,455.85 KJ	Energia: 359.35 Kcal / 1,502.08 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 13.81 g 9.25 g 4.20 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 7.34 g 6.39 g 3.04 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 6.67 g 2.00 g 0.88 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 11.94 g 12.06 g 4.31 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 13.98 g 9.80 g 1.94 g
		Szénhidrát Cukor Só 67.56 g 20.78 g 0.89 g	Szénhidrát Cukor Só 44.21 g 12.19 g 0.22 g	Szénhidrát Cukor Só 38.40 g 10.00 g 1.11 g	Szénhidrát Cukor Só 47.52 g 21.38 g 2.20 g	Szénhidrát Cukor Só 53.38 g 9.60 g 0.27 g
		1,3,7	1,7,10,(12)	1,7	1,7,10,(12)	1,5,6,7,8
Ebéd	Óvodás (4-6 év)	Tárkonyos csirkeraguleves Burgonyás tészta Csemege uborkával	Tojásleves Rakott brokkoli bulgurral Gyümölcsnap: Banán, Narancs	Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Csokoládés gombóc Porcukor szórattal	Amerikai kukoricaleves Hawaii csirkemell Párolt rizszel	Kertészleves Fejtettbab főzelék Fasírttal Félbarna kenyérral
		Energia: 356.18 Kcal / 1,488.83 KJ	Energia: 404.75 Kcal / 1,691.86 KJ	Energia: 919.78 Kcal / 3,844.68 KJ	Energia: 677.77 Kcal / 2,833.08 KJ	Energia: 581.98 Kcal / 2,432.68 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 15.33 g 9.32 g 1.56 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 19.32 g 19.73 g 5.97 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 26.17 g 39.38 g 11.28 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 24.96 g 34.88 g 5.50 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 28.26 g 21.93 g 5.92 g
		Szénhidrát Cukor Só 52.29 g 0.01 g 3.29 g	Szénhidrát Cukor Só 38.43 g 0.01 g 2.52 g	Szénhidrát Cukor Só 113.96 g 36.96 g 8.09 g	Szénhidrát Cukor Só 65.08 g 3.18 g 2.35 g	Szénhidrát Cukor Só 67.17 g 0.01 g 2.28 g
		1,7,9,15,(3),(12)	1,3,7,9	1,7,(3),(6),(12)	1,7,9,10,(12)	1,3,7,9
Uzsonna	Óvodás (4-6 év)	Margarinos Graham kenyér Soproni felvágottal Paprikával	Puding Korpás kiflivel	Margarinos Zsemle Paprikás szalámmal	Snidlinges sajtkrémes Rozskenyér Paprikával	Tejszelet Narancs
		Energia: 248.18 Kcal / 1,037.39 KJ	Energia: 295.05 Kcal / 1,233.31 KJ	Energia: 203.32 Kcal / 849.88 KJ	Energia: 234.04 Kcal / 978.29 KJ	Energia: 112.79 Kcal / 471.46 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 9.04 g 8.82 g 3.19 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 10.13 g 6.42 g 3.19 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 6.66 g 6.93 g 2.64 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 7.40 g 8.84 g 9.10 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 2.41 g 5.47 g 2.23 g
		Szénhidrát Cukor Só 33.06 g 0.00 g 1.93 g	Szénhidrát Cukor Só 48.84 g 19.48 g 0.67 g	Szénhidrát Cukor Só 28.53 g 0.00 g 0.52 g	Szénhidrát Cukor Só 30.94 g 0.00 g 0.94 g	Szénhidrát Cukor Só 12.90 g 5.93 g 0.09 g
		1,(7)	1,7	1,(7)	1,7	1,3,7

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

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 élesztőszer | |

Quadro Byte Zrt

Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető
2024.04.11. 6:31:14 | QB - Élelem