


Heti étlap 2024.05.20. - 2024.05.24.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek								
 Tízórai	Óvodás 4-6 éves	ÜNNEPNAP	Tej Margarinos Félbarna kenyér Mézzel	Citromos tea Margarinos Korpás kenyér Sertés párizsival Paprikával	Kakaó Vajas molnárka	Erdei gyümölcsös limonádé Hot-dog Ketchuppal								
			Energia: 302.26 Kcal / 1,263.45 KJ	Energia: 274.25 Kcal / 1,146.37 KJ	Energia: 324.94 Kcal / 1,358.25 KJ	Energia: 159.93 Kcal / 668.51 KJ								
			Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
			12.72 g	5.60 g	2.71 g	6.69 g	6.09 g	2.28 g	12.58 g	8.01 g	3.70 g	11.84 g	12.36 g	4.70 g
			Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
50.08 g	8.10 g	0.33 g	47.99 g	19.98 g	1.22 g	50.39 g	12.39 g	0.89 g	34.70 g	8.79 g	1.06 g			
1,7			1,(7)			1,3,7			1,7					
Ebéd	Óvodás 4-6 éves	Daragaluska leves Csikós tokány Párolt rizzsel Gyümölcsnap: Banán, Alma	Magyaros csipetkeleves Rántott halfilé Petrezselymes burgonyával Házi káposztasalátával	Tárkonyos zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajt szóráttal	Babgulyás Félbarna kenyérral Palacsinta Csokoládé öntettel Alma									
		Energia: 706.46 Kcal / 2,953.00 KJ	Energia: 833.91 Kcal / 3,485.74 KJ	Energia: 497.51 Kcal / 2,079.59 KJ	Energia: 338.88 Kcal / 1,416.52 KJ									
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		18.92 g	28.84 g	7.43 g	22.61 g	45.41 g	6.75 g	22.60 g	19.18 g	7.20 g	14.58 g	8.81 g	1.93 g	
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
91.37 g	0.01 g	2.87 g	82.03 g	8.00 g	7.23 g	58.20 g	1.54 g	5.21 g	49.99 g	7.50 g	1.39 g			
1,3,7,9			1,3,4,9,(7)			1,7,9,(3),(6),(12)			1,7,9,15					
Uzsonna	Óvodás 4-6 éves	Margarinos Korpás zsemle Tavaszi felvágottal Uborkával	Helyben sült rácsos túros párna	Margarinos Rozskenyér Zala felvágottal Salátalevéllal	Zöldfűszeres kockasajt Korpás kifivel									
		Energia: 192.95 Kcal / 806.53 KJ	Energia: 308.00 Kcal / 1,287.44 KJ	Energia: 212.93 Kcal / 890.05 KJ	Energia: 163.41 Kcal / 683.05 KJ									
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		6.97 g	5.29 g	2.28 g	8.97 g	18.46 g	5.70 g	8.83 g	6.28 g	6.59 g	8.51 g	2.92 g	1.24 g	
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
29.31 g	2.20 g	0.95 g	26.37 g	0.00 g	1.46 g	30.22 g	0.00 g	1.16 g	25.48 g	0.00 g	0.75 g			
1,(7)			1,3,6,7,(8),(11),(12)			1,(7)			1,7					

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

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu

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

2024.05.15. 11:15:01 | QB - Élelem