

Heti étlap 2024.06.24. - 2024.06.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>eatrend</b> <b>13</b>	<b>Tízórai</b>	Vaníliás tej Vajas molnárika			Limonádé Zöldfűszeres vajkrémes Teljes kiőrlésű kenyér			Tej Kifivel			Tej Margarinos Rozskenyér Toast felvágottal Jégcsapretekkel			Erdei gyümölcsös limonádé Póréhagymás sajtkrémes Félbarna kenyér		
		Energia: 327.15 Kcal / 1,367.49 KJ			Energia: 244.44 Kcal / 1,021.76 KJ			Energia: 317.33 Kcal / 1,326.44 KJ			Energia: 302.97 Kcal / 1,266.41 KJ			Energia: 260.46 Kcal / 1,088.72 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.40 g	7.99 g	3.69 g	6.09 g	8.77 g	3.91 g	12.87 g	3.46 g	1.76 g	17.60 g	7.52 g	7.55 g	6.56 g	8.60 g	4.05 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
51.01 g	12.39 g	0.89 g	34.75 g	5.99 g	0.08 g	58.30 g	0.00 g	1.36 g	41.15 g	3.12 g	1.26 g	38.82 g	5.99 g	0.00 g		
1,3,7			1,7			1,7,(3),(5)			1,7			1,7				
<b>Ebéd</b>	<b>Óvodás 4-6 éves</b>	Magyaros csipetkeleves Csikós tokány Párolt rizszel			Kerti zöldségleves Burgonyafőzelék Panírozott dínóval Félbarna kenyérral Gyümölcsnap: Görögdinnye, Nektarin			Babgulyás Tejbegríz Kakaó szóráttal			Daragaluska leves Spenótos rakott tészta			Brokkolikrémleves Levesgyönggyel Zabpelyhes vagdalt Hagymás tört burgonyával		
		Energia: 631.97 Kcal / 2,641.63 KJ			Energia: 334.72 Kcal / 1,399.13 KJ			Energia: 459.96 Kcal / 1,922.63 KJ			Energia: 378.62 Kcal / 1,582.63 KJ			Energia: 551.64 Kcal / 2,305.86 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.79 g	33.07 g	8.51 g	9.16 g	5.61 g	1.10 g	17.83 g	9.47 g	2.83 g	13.33 g	12.10 g	3.75 g	19.23 g	24.47 g	7.04 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64.91 g	0.01 g	4.63 g	60.69 g	0.07 g	0.76 g	75.60 g	34.47 g	1.86 g	53.81 g	0.01 g	2.53 g	62.14 g	0.28 g	4.15 g		
1,3,7,9			1,7,9			1,7,9			1,3,7,9			1,3,7,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvodás 4-6 éves</b>	Margarinos Korpás kenyér Csemege szalámmal Paprikával			Dörmi mackó			Margarinos Korpás kenyér Csirkemell sonkával Uborkával			Helyben sült vaníliás párna Alma			Kenőmájasos Korpás kenyér Paprikával		
		Energia: 199.70 Kcal / 834.75 KJ			Energia: 117.00 Kcal / 489.06 KJ			Energia: 170.82 Kcal / 714.03 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 202.36 Kcal / 845.86 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.14 g	7.00 g	2.51 g	1.80 g	4.60 g	0.70 g	7.54 g	2.94 g	1.23 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	6.84 g	5.84 g	2.02 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	17.00 g	8.80 g	0.25 g	28.54 g	2.20 g	1.20 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	30.38 g	0.00 g	0.92 g		
1,(7)			(8)			1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			1,(6),(7),(10)				

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  | 6-szója        | 9-zeller           | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer |               |
- 1/1  
Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

.....  
Élelmiszevezető  
2024.06.18. 13:48:09 | QB - Élelem