


Heti étlap 2024.10.14. - 2024.10.18.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Tejeskávé Kifli Körte			Erdei gyümölcsös tea Korpás kenyér Kenőmájással Kígyóborkával			Barackos tea Sült zöldségkrémes Zsemle			Csipkebogyós tea Álomsonka krémes Rozskenyér Lilahagymával			Tej Félbarna kenyér Margarinnal Mézrel		
		Energia: 270.86 Kcal / 1,132.19 KJ			Energia: 241.94 Kcal / 1,011.31 KJ			Energia: 273.16 Kcal / 1,141.81 KJ			Energia: 306.54 Kcal / 1,281.34 KJ			Energia: 302.26 Kcal / 1,263.45 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.57 g	3.28 g	1.73 g	6.90 g	5.82 g	2.17 g	5.72 g	5.53 g	2.56 g	8.17 g	7.16 g	7.37 g	12.72 g	5.60 g	2.71 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
49.45 g	15.98 g	0.68 g	40.13 g	12.20 g	0.93 g	49.79 g	20.00 g	0.85 g	51.90 g	19.99 g	0.77 g	50.08 g	8.10 g	0.33 g		
1,7		1,(6),(7),(10)			1,7,9			1,7			1,7					
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Magyaros karalábéleves Tejszínes gombás csirkemell ragu Párolt rizzsel			Tavaszi zöldségleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával			Kolbászos burgonyaleves Félbarna kenyérrrel Káposztás tészta Porccukorral Alma			Daragaluska leves Tejfölös Zöldbabfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérrrel			Zöldborsókrémleves Pirított kenyérkockával Rántott sertésszelet Tört burgonyával Káposztasalátával		
		Energia: 416.72 Kcal / 1,741.89 KJ			Energia: 426.17 Kcal / 1,781.39 KJ			Energia: 536.38 Kcal / 2,242.07 KJ			Energia: 470.01 Kcal / 1,964.64 KJ			Energia: 705.12 Kcal / 2,947.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		18.82 g	13.38 g	2.78 g	14.21 g	17.97 g	4.40 g	18.39 g	12.63 g	3.22 g	19.74 g	20.88 g	6.21 g	23.67 g	31.63 g	5.50 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
55.81 g	0.03 g	1.67 g	51.25 g	8.00 g	1.19 g	86.58 g	13.00 g	2.85 g	50.29 g	0.01 g	2.69 g	79.75 g	10.00 g	3.22 g		
1,7,9		1,3,9			1,3,7,9			1,3,7,9			1,3,7,9					
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Csirkemell sonkás Rozskenyér Margarinnal Paprikával			Kajszibarackos háromszög			Olasz felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Salátalevéllal			Kifli Kockasajttal			Sajtkrémes rúd		
		Energia: 197.79 Kcal / 826.76 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 213.73 Kcal / 893.39 KJ			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9.70 g	3.70 g	5.60 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	6.72 g	8.53 g	3.19 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31.38 g	0.00 g	1.19 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g	27.47 g	0.00 g	1.60 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g		
1,(7)		1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,7			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-szezámm	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Adószám: 17783403-5-13
 Adószám: 14993560-4-13
 Élelmézevvezető