


Heti étlap 2024.11.18. - 2024.11.22.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvodás (4-6 év)	Csokis tej Brióssal			Barackos tea Kolbászkrémes Rozskenyér Salátalevéllal			Citromos tea Körözöttes Félbarna kenyér Paradicsommal			Narancsos gyümölcsle Majorannás kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával			Tej Zöldfűszeres vajkrémes Korpás kenyér		
		Energia: 317.84 Kcal / 1,328.57 KJ			Energia: 298.61 Kcal / 1,248.19 KJ			Energia: 270.27 Kcal / 1,129.73 KJ			Energia: 315.83 Kcal / 1,320.17 KJ			Energia: 302.08 Kcal / 1,262.69 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.42 g	6.23 g	2.95 g	7.14 g	8.26 g	3.52 g	8.84 g	2.29 g	1.07 g	8.96 g	6.17 g	2.21 g	11.24 g	11.36 g	5.50 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54.66 g	25.52 g	0.59 g	48.52 g	19.98 g	0.19 g	53.20 g	19.98 g	0.41 g	56.29 g	2.20 g	0.31 g	38.36 g	0.00 g	0.97 g		
1,3,7			1,7			1,7			1,(6),(7),(10)			1,7				
Ebéd	Óvodás (4-6 év)	Cheddaros sajtkrémleves Nachossal Csopaki sertésragu Párolt rizsszel			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Csokis-banános zabkása Meggyraguval Gyümölcsnap: Körte, Alma			Zöldborsóleves Halrudacska Párolt rizsszel Vitaminalátával			Brokkolikrémleves Kölesgolyóval Rakott burgonya Céklasalátával			Csontleves Töltött káposzta Tejfőllel Félbarna kenyérral		
		Energia: 550.35 Kcal / 2,300.46 KJ			Energia: 370.49 Kcal / 1,548.65 KJ			Energia: 456.85 Kcal / 1,909.63 KJ			Energia: 558.40 Kcal / 2,334.11 KJ			Energia: 632.55 Kcal / 2,644.06 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		16.35 g	27.11 g	8.68 g	21.02 g	11.81 g	3.22 g	26.85 g	11.54 g	1.86 g	19.74 g	25.48 g	8.26 g	28.52 g	35.56 g	13.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
59.74 g	0.04 g	1.76 g	75.25 g	11.99 g	0.93 g	61.26 g	18.44 g	2.78 g	61.82 g	3.26 g	6.56 g	48.83 g	0.02 g	5.70 g		
1,7,9,(3),(6),(10),(11)			1,7			1,3,4,9,(7)			1,3,7,9,15,(12)			1,7,9,(12)				
Uzsonna	Óvodás (4-6 év)	Margarinos Teljes kiőrlésű kenyér Olasz felvágottal Paprikával			Helyben sült sajtos pogácsa			Margarinos Korpás zsemle Turista felvágottal			Mogyorókrémes Zsemle			Helyben sült rácsos túrós táska Alma		
		Energia: 230.19 Kcal / 962.19 KJ			Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ			Energia: 211.94 Kcal / 885.91 KJ			Energia: 243.71 Kcal / 1,018.71 KJ			Energia: 360.18 Kcal / 1,505.55 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8.54 g	8.95 g	3.23 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g	7.74 g	7.39 g	2.84 g	6.00 g	6.55 g	0.26 g	9.57 g	19.06 g	5.70 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.79 g	0.00 g	0.98 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g	28.56 g	0.00 g	1.20 g	39.90 g	9.60 g	0.06 g	36.87 g	0.00 g	1.48 g		
1,(7)			1,3,7			1,(7)			1,5,6,7,8			1,3,6,7,(8),(11),(12)				

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 élesztőszer	
Quadro Byte Zrt				Oldalak	

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető
2024.11.08. 14:18:22 | QB - Élelem