

Heti étlap 2024.11.11. - 2024.11.15.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 eatrend Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Cspikebogyós tea Zsíros kenyér Lilahagymával	Tej Varázs szívószál Kifli	Citromos tea Sült hagymakrémés Rozskenyér	Maci kávé Kalács	Tea barackos Sokmagvas sajtkrémés Korpás kenyér
		Energia: 334.17 Kcal / 1,396.83 KJ	Energia: 206.34 Kcal / 862.50 KJ	Energia: 311.97 Kcal / 1,304.03 KJ	Energia: 403.47 Kcal / 1,686.50 KJ	Energia: 269.65 Kcal / 1,127.14 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav
		6.47 g 11.10 g 8.22 g	11.27 g 3.54 g 1.89 g	6.76 g 8.79 g 8.05 g	13.88 g 9.31 g 4.23 g	5.67 g 9.01 g 0.00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
51.60 g 19.99 g 0.70 g	38.62 g 5.02 g 0.76 g	51.04 g 19.98 g 0.95 g	65.56 g 20.18 g 0.90 g	41.09 g 13.19 g 0.70 g		
1	1,6,7	1,7	1,3,7	1,7,11		
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Daragaluskaleves Vadas pulykaragu Bulgurral	Olaszos paradicsomleves Zöldséges rizseshús Káposztasalátával	Szárzableves Csokoládés gombóc Porcukorral Szilva	Télváró fahéjas almaleves Rántott csirkemell corn flakes bundában Petrezselymes törtburgonyával	Tárkonyos zöldségleves Paraj főzelék Fasírttal Félbarna kenyérral
		Energia: 485.79 Kcal / 2,030.60 KJ	Energia: 727.68 Kcal / 3,041.70 KJ	Energia: 900.02 Kcal / 3,762.08 KJ	Energia: 696.28 Kcal / 2,910.45 KJ	Energia: 480.80 Kcal / 2,009.74 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav
		21.69 g 14.53 g 2.83 g	19.09 g 24.88 g 5.90 g	22.39 g 37.47 g 10.44 g	21.54 g 37.93 g 4.37 g	21.81 g 22.18 g 6.15 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
70.89 g 5.40 g 3.44 g	103.34 g 9.19 g 2.88 g	116.98 g 36.97 g 8.71 g	69.95 g 7.99 g 1.42 g	48.14 g 0.01 g 1.85 g		
1,3,7,9,10,(12)	1,3,9	1,3,7,9,(6),(12)	1,3,7	1,3,7,9		
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Meggyes táská	Diákcsemegés Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Zabrudai	Margarinos Zsemle Sajt szelettel Kígyóuborkával	Zala felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Paprikával	Puding Kiflivel
		Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ	Energia: 188.33 Kcal / 787.22 KJ	Energia: 226.79 Kcal / 947.98 KJ	Energia: 191.04 Kcal / 798.55 KJ	Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav
		3.78 g 18.27 g 4.87 g	7.08 g 5.25 g 1.85 g	10.14 g 7.69 g 4.56 g	6.91 g 5.61 g 2.07 g	3.76 g 0.28 g 0.10 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
39.98 g 18.16 g 0.67 g	28.16 g 0.00 g 0.46 g	29.18 g 2.20 g 0.53 g	28.19 g 0.00 g 1.16 g	22.80 g 0.00 g 0.41 g		
1,7,(3),(6),(12)	1,(7)	1,7	1,(7)	1,(7)		

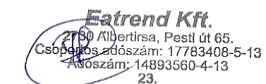
Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

- | | | | | | |
|----------|----------------|--------------------|----------------------|----------------------------|---------------|
| 1-glutén | 4-hal | 7-tejtermék,laktóz | 10-mustár | 13-csillagfürt | 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!



Élelmezésvezető