

## Heti étlap 2024.12.09. - 2024.12.15.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat											
<b>eatrend</b>  <b>Tízórai</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Maci kávé Molnárika	Almás-fahéjas tea Körözöttes Korpás zsemle	Citromos tea Hot-dog Ketchuppal	Tej Varázs szívószál Kifli	Barackos tea Padlizsánkrémes Félbarna kenyér Zabrudi	Meggyes tea Áfonyalekváros Rozskenyér Margarinnal											
	Energia: 348.92 Kcal / 1,458.49 KJ	Energia: 281.23 Kcal / 1,175.54 KJ	Energia: 212.31 Kcal / 887.46 KJ	Energia: 206.34 Kcal / 862.50 KJ	Energia: 332.58 Kcal / 1,390.18 KJ	Energia: 265.07 Kcal / 1,107.99 KJ												
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
	12.40 g	7.99 g	3.69 g	7.72 g	2.05 g	1.01 g	11.81 g	12.39 g	4.70 g	11.27 g	3.54 g	1.89 g	6.98 g	10.32 g	4.02 g	6.21 g	3.09 g	5.42 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
56.44 g	18.38 g	0.89 g	57.53 g	27.98 g	0.92 g	47.71 g	22.78 g	1.06 g	38.62 g	5.02 g	0.76 g	52.47 g	20.38 g	0.51 g	52.84 g	20.85 g	0.77 g	
1,3,7		1,7		1,7		1,6,7		1,3,7,10,(12)		1,(7),(12)								
<b>Ebéd</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Édesburgonya- krémleves Pirított tökmaggal  Bakonyi sertésragu Szarvacska tésztával	Csontleves Cérametélttel  Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával Félbarna kenyérral	Zselici húsos leves  Palacsinta Vaníliaöntettel	Magyaros burgonyaleves  Tejfölös zöldbabfőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral Alma	Karamellás körtekrémleves Göngyölt szelet Eatrend módra Aszalt paradicsomos rizzsel	Sajtgaluska leves  Slambuc Káposztasalátával											
	Energia: 592.37 Kcal / 2,476.11 KJ	Energia: 520.55 Kcal / 2,175.90 KJ	Energia: 182.65 Kcal / 763.48 KJ	Energia: 468.23 Kcal / 1,957.20 KJ	Energia: 547.40 Kcal / 2,288.13 KJ	Energia: 455.74 Kcal / 1,904.99 KJ												
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
	25.63 g	30.05 g	6.61 g	17.85 g	18.24 g	4.45 g	11.06 g	4.33 g	1.05 g	18.42 g	21.56 g	6.13 g	20.65 g	15.70 g	1.79 g	18.16 g	22.19 g	1.34 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54.11 g	0.02 g	5.47 g	70.28 g	8.01 g	1.94 g	24.88 g	0.01 g	0.47 g	49.12 g	0.01 g	2.48 g	80.21 g	0.00 g	0.61 g	57.06 g	8.03 g	1.90 g	
1,3,7,9		1,3,9		1,3,7,9		1,3,7,9		1,3,7		1,3,7,9								
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Sertés párizsis Rozskenyér Margarinnal Paprikával	Gesztenyés rúd	Mátrai diákcsemegés Korpás kenyér Margarinnal Kígyóborkával	Kakaós csiga	Kifli Kockasajttal	Füstölt sajtkrémes Zsemle Paprikával											
	Energia: 219.30 Kcal / 916.67 KJ	Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ	Energia: 165.32 Kcal / 691.04 KJ	Energia: 191.54 Kcal / 800.64 KJ	Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ	Energia: 217.06 Kcal / 907.31 KJ												
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav			
	8.74 g	6.80 g	6.80 g	1.40 g	4.65 g	0.00 g	6.31 g	3.21 g	1.34 g	3.17 g	11.76 g	4.03 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g	6.43 g	7.97 g	4.64 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.73 g	0.00 g	1.22 g	25.55 g	0.00 g	0.00 g	27.81 g	2.20 g	1.10 g	18.02 g	5.90 g	0.37 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g	29.64 g	0.00 g	0.31 g	
1,(7)		6,(5),(8)		1,(7)		1,7,(3)		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-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

**Jó étvágyat kívánunk!**

**Eatrend Kft.**  
 2150 Albertirsa, Pestl út 65.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 14893560-4-13  
 23.

**Élelmezésvezető**