


## Heti étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek							
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Csipkebogyós tea Sertés párizsis Teljes kiőrlésű kenyér(1) Margarinnal Jégcsapretekkel	Citromos tea Majonézos tonhalkrém(4,10,3,7) Félbarna kenyér(1)	Tejeskávé(7) Kifli(1) Alma	Barackos tea Húspástétomos(10,7) Rozskenyér(1) Salátalevéllal	<b>Ünnepnap</b>							
		Energia: 286.36 Kcal / 1,196.98 KJ		Energia: 322.01 Kcal / 1,346.00 KJ		Energia: 265.89 Kcal / 1,111.42 KJ		Energia: 304.66 Kcal / 1,273.48 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		8.32 g	6.42 g	2.33 g	6.80 g	9.40 g	3.58 g	10.13 g	3.22 g	1.57 g	8.97 g	7.28 g	7.09 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só					
48.70 g	23.11 g	0.61 g	52.09 g	20.38 g	0.02 g	48.58 g	11.99 g	0.66 g	50.39 g	19.98 g	0.93 g		
<b>Ebéd</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Tojásleves(3,1)  Csikós tokány(1,7) Párolt rizssel	Kertészleves(9)  Hortobágyi rakott tészta(3,1,7)	Citromos almaleves(1,7)  Rántott sertésszelet(3,1) Burgonyapürével(7)	Fejtettbab leves (9,1)  Tejberizs (1,7) Gyümölcsraguval								
		Energia: 534.25 Kcal / 2,233.17 KJ		Energia: 475.22 Kcal / 1,986.42 KJ		Energia: 659.66 Kcal / 2,757.38 KJ		Energia: 424.94 Kcal / 1,776.25 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		16.29 g	29.56 g	7.68 g	18.66 g	24.70 g	0.24 g	21.02 g	31.20 g	6.38 g	12.35 g	7.26 g	0.80 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
50.15 g	0.01 g	1.78 g	44.01 g	0.01 g	0.59 g	75.98 g	11.49 g	3.04 g	76.84 g	0.01 g	1.33 g		
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Meggyes táska(1,7)	Szendvics sonkás Korpás kenyér(1) Margarinnal Kígyóborkával	Olasz felvágottas Korpás zsemle(1) Margarinnal	Sajtos pogácsa(3,1,7)								
		Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ		Energia: 175.30 Kcal / 732.75 KJ		Energia: 220.86 Kcal / 923.19 KJ		Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		3.78 g	18.27 g	4.87 g	8.63 g	2.67 g	1.16 g	7.44 g	8.51 g	3.32 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
39.98 g	18.16 g	0.67 g	29.19 g	2.20 g	1.23 g	28.56 g	0.00 g	1.41 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g		

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

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: [minosegbiztositas@eatrend.hu](mailto: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 |               |

Jó étvágyat kívánunk!



Élelmezésvezető