

Heti étlap 2024.12.09. - 2024.12.15.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat															
eatrend	Tízórai	Tojásmentes 4-6 éves																				
		Tejeskávé Liga margarinós Diétás pékáru BL	Herba tea Sütőtökös sajtkrémés Diétás pékáru BL Salátalevéllel	Herba tea Hot-dog Ketchuppal	Vaníliás tej Liga margarinós Diétás pékáru BL	Herba tea Padlizsánkrémés Diétás pékáru BL Alma	Herba tea Áfonyalekváros Diétás pékáru BL Liga margarinnal															
		Energia: 215.82 Kcal / 902.13 KJ		Energia: 124.05 Kcal / 518.53 KJ		Energia: 233.21 Kcal / 974.82 KJ		Energia: 217.91 Kcal / 910.86 KJ		Energia: 160.01 Kcal / 668.84 KJ		Energia: 142.83 Kcal / 597.03 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav						
		6.90 g	10.02 g	3.53 g	1.11 g	6.77 g	4.01 g	16.63 g	17.76 g	6.76 g	6.89 g	10.02 g	3.53 g	0.91 g	5.89 g	1.43 g	0.09 g	7.01 g	2.01 g			
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só					
24.28 g	13.39 g	0.37 g	14.49 g	13.39 g	0.60 g	51.20 g	16.19 g	1.34 g	24.79 g	13.39 g	0.37 g	25.06 g	13.39 g	0.20 g	19.56 g	18.19 g	0.10 g					
1,7		1,7		1,7		1,7		1		1,(12)												
Ebéd	Tojásmentes 4-6 éves	Rántott leves Pírtott kenyérkockával Bakonyi sertésragu Főtt tésztával						Csontleves Cérmametélttel Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával			Zselici húsos leves Almás pite			Magyaros burgonyaleves Zöldbabfőzelék Sertéspörkölttel Diétás pékáruval BL Alma			Körteleves Göngyölt szelet Eatrend módra Párolt rizszel Céklasalátával			Sajtgaluska leves Slambuc Káposztasalátával		
		Energia: 482.93 Kcal / 2,018.65 KJ						Energia: 408.00 Kcal / 1,705.44 KJ			Energia: 683.95 Kcal / 2,858.91 KJ			Energia: 680.69 Kcal / 2,845.28 KJ			Energia: 571.03 Kcal / 2,386.91 KJ			Energia: 512.08 Kcal / 2,140.49 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav			
		14.15 g	22.32 g	5.89 g	19.79 g	9.19 g	1.45 g	18.40 g	21.81 g	5.80 g	17.91 g	28.41 g	6.33 g	20.76 g	15.10 g	2.95 g	14.68 g	22.20 g	6.67 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
55.22 g	2.91 g	0.74 g	60.34 g	6.77 g	3.72 g	101.97 g	30.65 g	2.30 g	87.41 g	20.40 g	2.15 g	87.39 g	13.19 g	3.16 g	62.44 g	8.04 g	3.36 g					
1,7		1,9			1,7,9			1,7,9			1,15,(12)			1,7,9								
Uzsonna	Tojásmentes 4-6 éves	Sertés párizsis Diétás pékáru BL Liga margarinnal Paprikával			Vaníliás szív			Mátrai diákcsemegés Diétás pékáru BL Liga margarinnal Kígyóborkával			Csokoládés puding Diétás pékáruval BL			Diétás pékáru BL Kockasajttal			Füstölt sajtkrémés Diétás pékáru BL Paprikával					
		Energia: 111.30 Kcal / 465.23 KJ			Energia: 221.05 Kcal / 923.99 KJ			Energia: 90.92 Kcal / 380.05 KJ			Energia: 186.18 Kcal / 778.23 KJ			Energia: 76.00 Kcal / 317.68 KJ			Energia: 80.67 Kcal / 337.20 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav			
		2.70 g	10.71 g	3.28 g	0.84 g	5.10 g	1.50 g	3.46 g	8.26 g	2.50 g	6.26 g	2.77 g	1.50 g	4.21 g	6.25 g	3.72 g	1.74 g	7.62 g	4.51 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
0.91 g	0.00 g	0.56 g	41.10 g	2.10 g	0.58 g	0.61 g	2.48 g	0.60 g	33.83 g	11.99 g	0.24 g	0.65 g	0.00 g	0.70 g	1.23 g	0.00 g	0.26 g					
1		1,7			1			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
- 2-rák
- 3-tojás
- 4-hal
- 5-földimogyoró
- 6-szója

- 7-tejte 10-mustár
- 8-dióf 11-szezámm
- 9-zelle 12-kéndioxid-sz
- 13-csillagfürt
- 14-puhatestűk
- 15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!



Élelmezésvezető