

Heti étlap 2021.12.06 - 2021.12.12

eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat		
		Tízórai			Óvoda 4-6 éves			Óvoda 4-6 éves			Óvoda 4-6 éves			Óvoda 4-6 éves			Óvoda 4-6 éves		
		Tej Kakaós csiga és Mandarin			Csipkebogyó tea Baracklevár Margarinnal és Zsemélével			Citromos tea Tavaszi felvágott Margarinnal és Rozskenyérrel			Barackos tea Póréhagymás sajtkrémmel és Korpás zsemélével			Házi gyümölcsjoghurt és Korpás kifli			Meggyes tea Fokhagymás felvágott Margarinnal Teljes kiőrlésű kenyérrel és Paprikával		
		Energia: 309.47 Kcal / 1,293.58 Kj			Energia: 239.85 Kcal / 1,002.57 Kj			Energia: 257.28 Kcal / 1,075.43 Kj			Energia: 253.18 Kcal / 1,058.29 Kj			Energia: 255.13 Kcal / 1,066.44 Kj			Energia: 270.98 Kcal / 1,132.70 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.21 g	15.00 g	5.66 g	4.83 g	2.37 g	1.03 g	8.20 g	6.01 g	6.52 g	5.88 g	8.07 g	4.71 g	9.58 g	5.19 g	2.41 g	8.61 g	8.96 g	3.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32.82 g	5.90 g	0.65 g	49.63 g	20.22 g	0.57 g	42.41 g	11.99 g	1.13 g	38.90 g	9.99 g	0.75 g	41.99 g	9.99 g	0.92 g	38.79 g	9.99 g	1.48 g		
1,7,(3)			1,(7),(12)			1,(7)			1,7			1,7			1,(7)				
		Karfioleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Tojásleves Zöldborsó főzelék Lenmagos Fasírttal és Félbarna kenyérrel			Legényfogó leves Burgonyás tészta Csemege uborkával és Alma			Csontleves Rakott kelkáposzta			Brokkoli krém leves Pírtott kenyérkockával Paprikás burgonya virslivel és Vegyesvágottal			Magyaros sertésragu leves Grízes tészta Lekvárral és Porcukorral		
		Energia: 444.37 Kcal / 1,857.47 Kj			Energia: 458.32 Kcal / 1,915.78 Kj			Energia: 434.83 Kcal / 1,817.59 Kj			Energia: 393.51 Kcal / 1,644.87 Kj			Energia: 396.75 Kcal / 1,658.42 Kj			Energia: 466.78 Kcal / 1,951.14 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		22.08 g	15.74 g	5.50 g	25.90 g	15.11 g	4.41 g	16.73 g	10.66 g	1.56 g	17.64 g	18.19 g	5.41 g	15.04 g	15.11 g	4.67 g	13.50 g	9.19 g	2.15 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
53.24 g	1.52 g	5.36 g	54.89 g	6.00 g	2.20 g	67.42 g	0.01 g	3.32 g	39.31 g	0.02 g	2.96 g	49.10 g	0.02 g	3.82 g	82.18 g	22.46 g	11.16 g		
1,7,9,(3)			1,3,7,9			1,7,9,15,(3),(12)			1,3,7,9			1,7,9,15,(10),(12)			1,9,(3),(12)				
		Kedvenc Ízek sonka Margarinnal Uborkával és Korpás kenyérrel			Diákcsemege Margarinnal és Félbarna kenyérrel			Sajtos rúd és Mandarin			Sertés párizsi Margarinnal és Félbarna kenyérrel			Kenőmájás Zsemélével és Uborkával			Kockasajt és Kifli		
		Energia: 180.74 Kcal / 755.49 Kj			Energia: 205.42 Kcal / 858.66 Kj			Energia: 146.60 Kcal / 612.79 Kj			Energia: 215.12 Kcal / 899.20 Kj			Energia: 208.33 Kcal / 870.82 Kj			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.38 g	4.02 g	1.48 g	7.64 g	5.18 g	1.81 g	5.54 g	1.70 g	2.19 g	8.26 g	6.24 g	2.28 g	7.56 g	5.79 g	2.15 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27.74 g	0.00 g	1.43 g	32.01 g	0.00 g	1.58 g	26.80 g	0.00 g	1.02 g	31.42 g	0.00 g	1.72 g	31.26 g	0.00 g	0.74 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g		
1,(7)			1,(7)			1,7,(3),(6),(8),(11),(12)			1,(7)			1,(6),(7),(10)			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-tejter 10-mustár	13-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófél 11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller 12-kéndioxid-szú	15-mesterséges édesítőszer	

Quadro Byte Zrt

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

Oldalak

1/ 1

2021.11.24 8:15:51 | QB - Élelem