

Heti étlap 2024.02.19. - 2024.02.23.

|                        |                        | hétfő  |                        |         | kedd   |                               |        | szerda  |                       |        | csütörtök  |                        |        | péntek   |         |        |
|------------------------|------------------------|--|------------------------|---------|--|-------------------------------|--------|---|-----------------------|--------|--|------------------------|--------|--|---------|--------|
| <b>eatrend</b>         | <b>Tízórai</b>         | Citromos tea<br>Margarinos<br>Korpás kenyér<br>Sajt szelettel<br>Paradicsommal |                        |         | Meggyes tea<br>Túró rudi krémes<br>Félbarna kenyér   |                               |        | Almalé<br>Margarinos<br>Rozskenyér<br>Diákcsemegével<br>Uborkával |                       |        | Tej<br>Margarinos<br>Félbarna kenyér<br>Mézzel                         |                        |        | Csipkebogyó tea<br>Snidlinges sajtkrémes<br>Korpás kenyér<br>Uborkával           |         |        |
|                        |                        | Energia: 302.61 Kcal / 1,264.91 KJ   |                        |         | Energia: 228.32 Kcal / 954.38 KJ   |                               |        | Energia: 305.22 Kcal / 1,275.82 KJ                                |                       |        | Energia: 302.26 Kcal / 1,263.45 KJ                                     |                        |        | Energia: 288.66 Kcal / 1,206.60 KJ   |         |        |
|                        |                        | Fehérje  | Zsír                   | T.Zsír  | Fehérje  | Zsír                          | T.Zsír | Fehérje   | Zsír                  | T.Zsír | Fehérje  | Zsír                   | T.Zsír | Fehérje  | Zsír    | T.Zsír |
|                        |                        | 9.51 g   | 7.75 g                 | 4.29 g  | 7.73 g   | 1.90 g                        | 0.90 g | 8.32 g  | 5.62 g                | 6.48 g | 12.72 g  | 5.60 g                 | 2.71 g | 5.40 g   | 8.11 g  | 4.73 g |
| Szénhidrát Cukor Só    |                        |  | Szénhidrát Cukor Só    |         |  | Szénhidrát Cukor Só           |        |   | Szénhidrát Cukor Só   |        |  | Szénhidrát Cukor Só    |        |  |         |        |
| 48.49 g 19.98 g 1.16 g |                        |  | 44.74 g 12.78 g 0.01 g |         |  | 55.71 g 2.20 g 1.09 g         |        |   | 50.08 g 8.10 g 0.33 g |        |  | 48.10 g 22.19 g 0.95 g |        |  |         |        |
| 1,7                    |                        |  | 1,7,(5),(8)            |         |  | 1,(7)                         |        |   | 1,7                   |        |  | 1,7                    |        |  |         |        |
| <b>Ebéd</b>            | <b>Óvodás 4-6 éves</b> | Magyaros karalábéleves<br>Sajtos tejszínes csirkeragu<br>Párolt rizszel        |                        |         | Fokhagymakrémleves<br>Pírtott kenyérbarkával<br>Rakott burgonya<br>Csemege uborkával<br>Gyümölcsnap:<br>Banán, Narancs |                               |        | Alföldi gulyásleves<br>Félbarna kenyérral<br>Farsangi fánk        |                       |        | Kerti zöldségleves<br>Marhapörkölt<br>Tarhonyával<br>Csemege uborkával |                        |        | Daragaluska leves<br>Burgonyafőzelék<br>Panírozott dínóval<br>Félbarna kenyérral |         |        |
|                        |                        | Energia: 426.44 Kcal / 1,782.52 KJ   |                        |         | Energia: 667.50 Kcal / 2,790.15 KJ   |                               |        | Energia: 405.73 Kcal / 1,695.95 KJ                                |                       |        | Energia: 484.46 Kcal / 2,025.04 KJ                                     |                        |        | Energia: 300.78 Kcal / 1,257.26 KJ   |         |        |
|                        |                        | Fehérje  | Zsír                   | T.Zsír  | Fehérje  | Zsír                          | T.Zsír | Fehérje   | Zsír                  | T.Zsír | Fehérje  | Zsír                   | T.Zsír | Fehérje  | Zsír    | T.Zsír |
|                        |                        | 20.90 g  | 12.53 g                | 2.96 g  | 20.68 g  | 29.28 g                       | 9.37 g | 14.28 g   | 15.84 g               | 3.02 g | 19.35 g  | 22.07 g                | 5.28 g | 9.69 g   | 4.33 g  | 1.05 g |
| Szénhidrát Cukor Só    |                        |  | Szénhidrát Cukor Só    |         |  | Szénhidrát Cukor Só           |        |   | Szénhidrát Cukor Só   |        |  | Szénhidrát Cukor Só    |        |  |         |        |
| 57.63 g 0.15 g 1.20 g  |                        |  | 78.58 g 0.01 g 6.47 g  |         |  | 50.94 g 9.80 g 1.25 g         |        |   | 51.49 g 0.01 g 4.22 g |        |  | 55.11 g 0.07 g 1.55 g  |        |  |         |        |
| 1,7,9,(10)             |                        |  | 1,3,7,15,(12)          |         |  | 1,7,(3),(5),(6),(8),(10),(11) |        |   | 1,3,9,15,(12)         |        |  | 1,3,7,9                |        |  |         |        |
| <b>Uzsonna</b>         | <b>Óvodás 4-6 éves</b> | Csokicseppes mini kuglóf   |                        |         | Kockasajt<br>Korpás kiflivel   |                               |        | Margarinos<br>Zsemle<br>Turista felvágottal                       |                       |        | Margarinos<br>Korpás zsemle<br>Olasz felvágottal<br>Paprikával         |                        |        | Sajtos pogácsa<br>Alma   |         |        |
|                        |                        | Energia: 466.20 Kcal / 1,948.72 KJ   |                        |         | Energia: 201.34 Kcal / 841.60 KJ   |                               |        | Energia: 211.94 Kcal / 885.91 KJ                                  |                       |        | Energia: 224.78 Kcal / 939.58 KJ                                       |                        |        | Energia: 203.39 Kcal / 850.17 KJ   |         |        |
|                        |                        | Fehérje  | Zsír                   | T.Zsír  | Fehérje  | Zsír                          | T.Zsír | Fehérje   | Zsír                  | T.Zsír | Fehérje  | Zsír                   | T.Zsír | Fehérje  | Zsír    | T.Zsír |
|                        |                        | 10.14 g  | 17.50 g                | 12.20 g | 9.52 g   | 7.02 g                        | 3.79 g | 7.74 g  | 7.39 g                | 2.84 g | 7.68 g   | 8.57 g                 | 3.32 g | 2.70 g   | 13.34 g | 3.58 g |
| Szénhidrát Cukor Só    |                        |  | Szénhidrát Cukor Só    |         |  | Szénhidrát Cukor Só           |        |   | Szénhidrát Cukor Só   |        |  | Szénhidrát Cukor Só    |        |  |         |        |
| 65.80 g 21.50 g 1.06 g |                        |  | 24.78 g 0.00 g 1.26 g  |         |  | 28.56 g 0.00 g 0.75 g         |        |   | 29.16 g 0.00 g 1.41 g |        |  | 17.68 g 0.00 g 0.80 g  |        |  |         |        |
| 1,7                    |                        |  | 1,(7)                  |         |  | 1,(7)                         |        |   | 1,3,7                 |        |  |                        |        |  |         |        |

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-szezám            | 14-puhatestűek             |               |
| 3-tojás  | 6-szója        | 9-zeller           | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer |               |

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

2024.02.13. 9:12:18 | QB - Élelem