

25. heti óvodás étlap 2025.06.16. - 2025.06.20.

		hétfő	kedd			szerda			csütörtök			péntek				
 Tízórai	Óvodás 4-6 év	Tejeskávé[7] Kalács[1,3,7]			Meggyes tea Teljes kiőrlésű kenyér[1] Sajtos tonhalkrémmel[4,7] Kígyóborkával			Citromos tea Rozskenyér[1] Kolbászkrémmel[7] Póréhagymakarikával			Erdei gyümölcsös limonádé Korpás kenyér[1] Baconos vajkrémmel [7,(1,3,6,10,11)] Kaliforniai paprika			Narancsos limonádé Hot-dog[1,7] Ketchuppal		
		Energia: 403.47 Kcal / 1,686.50 KJ			Energia: 257.12 Kcal / 1,074.76 KJ			Energia: 312.59 Kcal / 1,306.63 KJ			Energia: 263.69 Kcal / 1,102.22 KJ			Energia: 158.61 Kcal / 662.99 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.88 g	9.31 g	4.23 g	7.74 g	7.66 g	0.04 g	7.47 g	8.57 g	8.00 g	4.97 g	9.49 g	0.00 g	11.73 g	12.37 g	4.70 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		65.56 g	20.18 g	0.90 g	38.94 g	9.99 g	0.59 g	51.00 g	11.99 g	0.81 g	39.21 g	10.00 g	0.70 g	34.43 g	8.90 g	1.06 g
		1,3,7			1,4,7			1,7			1,7,(3),(6),(10),(11)			1,7		
Ebéd	Óvodás 4-6 év	Csurgatott tojásleves[1,3] Vadas sertésragu [1,7,10,(12)] Szarvacska tésztával[1,3]			Daragaluska leves[1,3,9] Párolt sertésszelet(1,10) Párolt rizszel Almamártással[1,7]			Alföldi gulyásleves Tejbegríz[1,7] Kakaó szóráttal Alma			Ivólé Panírozott dínó Petrezselymes burgonyával(7)			Zöldborsóleves[1,9] Bolognai spagetti (1,3,6,7,12) Reszelt sajttal[7]		
		Energia: 476.60 Kcal / 1,992.19 KJ			Energia: 498.93 Kcal / 2,085.53 KJ			Energia: 454.69 Kcal / 1,900.60 KJ			Energia: 255.74 Kcal / 1,068.99 KJ			Energia: 552.18 Kcal / 2,308.11 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		21.61 g	21.08 g	5.10 g	18.71 g	14.72 g	2.97 g	16.16 g	9.98 g	3.41 g	5.55 g	7.58 g	0.92 g	26.39 g	23.64 g	5.50 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		49.53 g	0.51 g	1.06 g	77.08 g	9.03 g	2.72 g	74.41 g	31.17 g	1.33 g	41.20 g	2.94 g	0.69 g	58.02 g	1.54 g	2.57 g
		1,3,7,10,(12)			1,3,7,9,(10)			1,7			(7)			1,3,7,9,(6),(12)		
Uzsonna	Óvodás 4-6 év	Rozskenyér[1] Margarinnal(7) Soproni felvágottal Paprikával			Helyben sült meggyes táska[1,7,(3,6,12)]			Zsemle[1] Margarinnal(7) Bécsi felvágottal Epres zabrudi[1,6,(5,7,8,11)]			Amerikai fánk [1,6,7,(3,5,8,11)]			Helyben sült kajszibarackos háromszög[1,7,(3,6,12)]		
		Energia: 243.62 Kcal / 1,018.33 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 220.86 Kcal / 923.19 KJ			Energia: 436.00 Kcal / 1,822.48 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.10 g	9.32 g	7.71 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	7.44 g	8.51 g	1.03 g	6.30 g	25.00 g	0.00 g	3.78 g	18.27 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		30.75 g	0.00 g	1.60 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g	28.56 g	0.00 g	0.57 g	45.00 g	0.00 g	0.00 g	39.98 g	0.00 g	0.00 g
		1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			1,6,(5),(7),(8),(11)			1,6,7,(3),(5),(8),(11)			1,7,(3),(6),(12)		

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-szulfít

15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Arrabona Zrt.
 8024 Győr, Hunyadi u. 14.
 Csoportos adószám: 17783408-8-13
 Adószám: 11130987-4-08

Kalmár Zoltán

Élelmészvezető