


46. heti óvodás étlap 2024.11.11. - 2024.11.15.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvodás 4-6 év	Tej Varázs szívószál Kifli			Csipkebogyós tea Póréhagymás vajkrémes Teljes kiőrlésű kenyér			Citromos tea Makói sült hagymakrémes Rozskenyér			Maci kávé Kalács			Barackos tea Sokmagvas sajtkrémes Korpás kenyér Salátalevéllel		
		Energia: 206.34 Kcal / 862.50 KJ			Energia: 303.86 Kcal / 1,270.13 KJ			Energia: 311.97 Kcal / 1,304.03 KJ			Energia: 403.47 Kcal / 1,686.50 KJ			Energia: 299.90 Kcal / 1,253.58 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.27 g	3.54 g	1.89 g	6.48 g	8.80 g	3.91 g	6.76 g	8.79 g	4.52 g	13.88 g	9.31 g	4.23 g	6.14 g	9.10 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		38.62 g	5.02 g	0.76 g	49.27 g	13.99 g	0.58 g	51.04 g	11.99 g	0.70 g	65.56 g	20.18 g	0.90 g	47.95 g	9.99 g	0.70 g
		1,6,7			1,7			1,7			1,3,7			1,7,11		
Ebéd	Óvodás 4-6 év	Daragaluska leves Kukoricás tejszínes csirkeragu Párolt bulgarral			Olaszos paradicsomleves Zöldséges rizseshús Házi káposztasalátával			Soproni Poncihterleves Csokoládés gombóc Porcukorral Alma			Télváró fahéjas almaleves Csirkemell corn flakes bundában Petrezselymes törtburgonyával			Tárkonyos zöldségleves Paraj főzelék Főtt tojással Főtt burgonyával		
		Energia: 461.87 Kcal / 1,930.62 KJ			Energia: 680.64 Kcal / 2,845.08 KJ			Energia: 903.89 Kcal / 3,778.26 KJ			Energia: 696.28 Kcal / 2,910.45 KJ			Energia: 327.13 Kcal / 1,367.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		23.43 g	14.90 g	2.92 g	17.05 g	24.28 g	4.91 g	21.56 g	37.48 g	10.38 g	21.54 g	37.93 g	0.94 g	14.64 g	13.40 g	2.47 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		61.80 g	0.01 g	2.01 g	95.03 g	3.60 g	1.81 g	118.43 g	36.97 g	8.67 g	69.95 g	7.99 g	0.33 g	36.50 g	0.01 g	1.10 g
		1,3,7,9			1,9			1,7,9,(3),(6),(12)			1,3,7			1,3,7,9		
Uzsonna	Óvodás 4-6 év	Margarinos Teljes kiőrlésű kenyér Diákcsemegével Zabrudai			Helyben sült meggyes táska			Margarinos Zsemle Sajt szelettel Kígyóborkával			Margarinos Korpás kenyér Zala felvágottal Paprikával			Csoki puding Kifli Körte		
		Energia: 188.33 Kcal / 787.22 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 226.79 Kcal / 947.98 KJ			Energia: 191.04 Kcal / 798.55 KJ			Energia: 357.79 Kcal / 1,495.56 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.08 g	5.25 g	1.85 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	10.14 g	7.69 g	4.41 g	6.91 g	5.61 g	2.07 g	9.15 g	6.38 g	3.22 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		28.16 g	0.00 g	0.96 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g	29.18 g	0.00 g	0.98 g	28.19 g	0.00 g	1.16 g	65.36 g	19.48 g	0.52 g
		1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			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

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Arrabona Zrt.
1024 Győr, Hunyadi u. 14.
Csoportos adószám: 17783408-5-13
Adószám: 11130967-4-08

Németh Viktória

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-szulfit

15-mesterséges édesítőszer

Élelmezésvezető