


16. heti óvodás étlap 2024.04.15. - 2024.04.19.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvodás 4-6 év</b>	Puncsos tej Kifli			Meggyes tea Csicseriborsókrémes Félbarna kenyér			Erdei gyümölcsös tea Körözöttes Korpás kenyér			Barackos tea Amerikai hot-dog			Tej Mogyorókrémes Félbarna kenyér Gyümölcs		
		Energia: 253.99 Kcal / 1,061.68 KJ			Energia: 262.88 Kcal / 1,098.84 KJ			Energia: 199.59 Kcal / 834.29 KJ			Energia: 342.22 Kcal / 1,430.48 KJ			Energia: 411.53 Kcal / 1,720.20 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.57 g	3.28 g	1.73 g	7.14 g	6.37 g	2.32 g	6.67 g	2.00 g	0.88 g	11.58 g	11.46 g	4.70 g	14.58 g	10.40 g	1.76 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		45.24 g	10.03 g	0.68 g	43.87 g	9.99 g	1.41 g	38.40 g	10.00 g	1.11 g	47.72 g	12.79 g	2.56 g	63.88 g	9.60 g	1.49 g
1,7			1,7,10,(12)			1,7			1,7			1,5,6,7,8				
<b>Ebéd</b>	<b>Óvodás 4-6 év</b>	Tárkonyos szárnyasraguleves Burgonyás tészta Csemege uborkával			Tojásleves Rakott brokkoli bulgarral			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejbegríz Kakaó szórattal Gyümölcs			Amerikai kukoricaleves Hawai csirkemell szelet Párolt rizszel			Kertészleves Stroganoff sertésragu Orsó tésztával		
		Energia: 362.85 Kcal / 1,516.71 KJ			Energia: 383.88 Kcal / 1,604.62 KJ			Energia: 539.13 Kcal / 2,253.56 KJ			Energia: 517.98 Kcal / 2,165.16 KJ			Energia: 412.72 Kcal / 1,725.17 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		13.22 g	10.97 g	2.77 g	19.08 g	19.49 g	5.60 g	19.05 g	10.76 g	3.41 g	23.92 g	17.13 g	2.31 g	17.69 g	14.33 g	0.39 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		52.33 g	0.01 g	3.34 g	34.23 g	0.01 g	2.45 g	90.23 g	31.17 g	1.93 g	65.95 g	5.31 g	2.49 g	52.71 g	0.01 g	4.54 g
1,7,9,15,(3),(12)			1,3,7,9			1,7			1,7,9			1,7,9,10,15,(3),(12)				
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvodás 4-6 év</b>	Margarinos Graham kenyér Soproni felvágottal Paprikával			Csokoládés poharas puding Korpás kifli			Margarinos Zsemle Paprikás szalámmal Uborkával			Snidlinges sajtkrémes Rozskenyér Paprikával			Margarinos Korpás zsemle Zala felvágottal Jégcsapretekkel		
		Energia: 248.18 Kcal / 1,037.39 KJ			Energia: 295.05 Kcal / 1,233.31 KJ			Energia: 205.67 Kcal / 859.70 KJ			Energia: 234.04 Kcal / 978.29 KJ			Energia: 197.48 Kcal / 825.47 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9.04 g	8.82 g	3.19 g	10.13 g	6.42 g	3.19 g	6.86 g	6.95 g	1.03 g	7.40 g	8.84 g	9.10 g	7.65 g	5.56 g	2.21 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		33.06 g	0.00 g	1.93 g	48.84 g	19.48 g	0.67 g	28.87 g	0.00 g	0.58 g	30.94 g	0.00 g	0.94 g	29.26 g	3.12 g	0.98 g
1,(7)			1,7			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-tejtermék,laktóz  
8-diófélék  
9-zeller

10-mustár  
11-szezám  
12-kéndioxid-szulfid

13-csillagfűt  
14-puhatestűek  
15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér

**Jó étvágyat kívánunk!**

Eatrend Arrabona Zrt.  
 9024 Győr, Hunyadi u. 14.  
 Csoportos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 11130967-4-08  
 34.  
 Elelmezésvezető