


21. heti óvodás étlap 2024.05.20. - 2024.05.24.

		hétfő	kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvodás 4-6 év		Tej Margarinos Félbarna kenyér Mézzel			Citromos tea Margarinos Korpár kenyér Sertéspárizsival Paprikával			Kakaó Kifli			Erdei gyümölcsös limonádé Hot-dog		
			Energia: 302.26 Kcal / 1,263.45 KJ			Energia: 274.25 Kcal / 1,146.37 KJ			Energia: 249.62 Kcal / 1,043.41 KJ			Energia: 159.93 Kcal / 668.51 KJ		
			Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
			12.72 g	5.60 g	2.53 g	6.69 g	6.09 g	2.28 g	10.75 g	3.50 g	1.86 g	11.84 g	12.36 g	4.70 g
			Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
			50.08 g	8.10 g	1.53 g	47.99 g	11.99 g	1.22 g	43.50 g	9.99 g	0.68 g	34.70 g	8.79 g	1.06 g
		1,7			1,(7)			1,7			1,7			
Ebéd	Óvodás 4-6 év		Pünkösöd			Cukkinikrémleves levesgyönggyel Rántott hal Petrezselymes burgonyával Káposztasalátával			Tárkonyos zöldségleves Bolognai spagetti Reszelt sajttal			Babgulyás Félbarna kenyérral Palacsinta Csokoládé öntettel Gyümölcs		
			Energia: 567.27 Kcal / 2,371.19 KJ			Energia: 829.69 Kcal / 3,468.10 KJ			Energia: 518.41 Kcal / 2,166.95 KJ			Energia: 370.19 Kcal / 1,547.39 KJ		
			Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
			17.23 g	28.34 g	6.87 g	22.01 g	45.93 g	5.49 g	25.30 g	21.28 g	5.17 g	14.94 g	9.17 g	2.46 g
			Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
			60.30 g	0.01 g	2.20 g	80.43 g	3.86 g	2.69 g	55.97 g	1.51 g	1.10 g	56.29 g	0.01 g	1.93 g
		1,3,7,9			1,3,4,7,9			1,3,7,9,(6),(12)			1,7,9,15			
Uzsonna	Óvodás 4-6 év		Margarinos Korpás zsemle Tavaszi felvágottal Jégcsapretekkel			Helyben sült rácsos túrós párna			Margarinos Rozskenyér Zala felvágottal Kígyóúrborkával			Zöldfűszeres kockasajtos Kifli		
			Energia: 193.42 Kcal / 808.50 KJ			Energia: 301.00 Kcal / 1,258.18 KJ			Energia: 214.87 Kcal / 898.16 KJ			Energia: 146.66 Kcal / 613.04 KJ		
			Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
			6.99 g	5.29 g	2.14 g	6.60 g	14.60 g	6.20 g	8.99 g	6.29 g	6.59 g	6.93 g	2.43 g	1.27 g
			Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
			29.50 g	3.12 g	0.95 g	35.00 g	7.90 g	0.60 g	30.51 g	0.00 g	1.17 g	24.00 g	0.00 g	0.60 g
		1,(7)			1,3,6,7,(8),(11),(12)			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-csillagfűrt
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