


Heti étlap 2021.02.15 - 2021.02.19

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvoda</b> <b>4-6 éves</b>	Kakaó Vajjas molnárka			Narancsos tea Turista felvágott Margarin Félbarna kenyér Salátalevél			Tej Varázs szívszállal Vaj Kifli			Barackos tea Petrezselymes tojáskrém Paradicsom Korpás kenyér			Citromos tea Rozmaringos kenőmájas Rozskenyér Paprika		
		Energia: 327.68 Kcal / 1,369.70 KJ			Energia: 284.68 Kcal / 1,189.96 KJ			Energia: 269.88 Kcal / 1,128.10 KJ			Energia: 222.43 Kcal / 929.76 KJ			Energia: 277.41 Kcal / 1,159.57 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.58 g	8.21 g	3.82 g	9.21 g	7.70 g	2.72 g	11.30 g	10.54 g	5.27 g	5.42 g	5.38 g	2.18 g	9.04 g	6.60 g	6.55 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
50.49 g	12.39 g	0.89 g	44.41 g	11.99 g	1.89 g	38.65 g	5.02 g	0.76 g	37.78 g	9.99 g	0.84 g	45.09 g	11.99 g	0.93 g		
1,3,7			1,(7)			1,6,7			1,3,7,10,(12)			1,(6),(7),(10)				
<b>Ebéd</b>	<b>Óvoda</b> <b>4-6 éves</b>	Vegyes zöldségkrémleves levesgyönggyel Bolognai spagetti reszelt sajttal			Daragaluska leves Finomfőzelék vagdalttal Félbarna kenyér Epres szelet			Magyaros sertésragu leves Morzsás nudli lekvárral és porcukorral			Trópusi gyümölcsleves Sült csirkecomb Petrezselymes burgonyával Almakompót			Tárkonyos zöldségleves Zöldfűszeres pulykaragu párolt rizszel		
		Energia: 555.25 Kcal / 2,320.95 KJ			Energia: 2,104.37 Kcal / 8,796.27 KJ			Energia: 540.54 Kcal / 2,259.46 KJ			Energia: 504.13 Kcal / 2,107.26 KJ			Energia: 405.67 Kcal / 1,695.70 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		23.92 g	21.96 g	7.59 g	68.19 g	85.41 g	12.42 g	13.81 g	15.02 g	2.84 g	35.60 g	15.64 g	3.25 g	16.76 g	14.04 g	2.68 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64.84 g	1.77 g	6.07 g	331.70 g	130.01 g	3.90 g	85.83 g	22.46 g	2.22 g	59.10 g	8.37 g	1.96 g	52.95 g	0.01 g	1.49 g		
1,3,7,9			1,3,7,9,(6),(8),(11),(12)			1,9,(12)			1,7,(10)			1,7,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvoda</b> <b>4-6 éves</b>	Diákcsemege Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Uborka			Füstölt sajtkrém Korpás kifli Paprika			Pulykamell sonka Margarin Graham kenyér Jégcsapretek Körte			Sonkás kockasajt Szezámós zsemle			Vaníliás táska Banán		
		Energia: 219.70 Kcal / 918.35 KJ			Energia: 205.51 Kcal / 859.03 KJ			Energia: 281.72 Kcal / 1,177.59 KJ			Energia: 286.17 Kcal / 1,196.19 KJ			Energia: 522.78 Kcal / 2,185.22 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.80 g	7.79 g	2.75 g	7.01 g	8.37 g	4.58 g	10.28 g	3.63 g	1.09 g	11.26 g	13.84 g	4.12 g	13.66 g	26.61 g	10.07 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.53 g	0.00 g	1.28 g	25.27 g	0.00 g	0.81 g	51.77 g	3.12 g	1.54 g	28.81 g	0.00 g	1.14 g	55.96 g	0.00 g	1.46 g		
1,(7)			1,7			1,(7)			1,7,(5),(8),(11)			1,7,(3),(6),(12)				

Az étlanváltoztatás 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-csillagfűrt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Quadro Byte Zrt

Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető  
2021.02.05 10:26:47 | QB - Élelem

**Normál 3-as étlap**

2021.02.15-19.	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai		Narancsos tea Turista felvágott Margarin Félbarna kenyér Salátalevél	Tej varázsszívózállal Vaj Kifli	Barackos tea Petrezselymes tojáskrém Korpás kenyér Paradicsom	Citromos tea Rozmaringos kenőmájás Rozskenyér Paprika
Leves	Vegyes zöldségkrémleves levesgyönggyel	Grízgaluska leves	Magyaros sertésragu leves	Trópusi gyümölcsleves	Tárkonyos zöldségleves
Ovi/Iskola	Bolognai spagetti reszelt sajttal	Fimofőzelék vagdalttal Félbarna kenyér Epres szelet	Prézlis nudli baracklekvárral	Sült csirkecomb Petrezselymes burgonya Almakompót/ Alma	Zöldfűszeres pulykaragu párolt rizszel
Uzsonna	Diákcsemege Margarin Teljeskiőrlésű kenyér Uborka	Füstölt sajtkrém Korpás kifli Paprika	Pulykamellsonka Margarin Graham kenyér Jégcsapretek Körte	Sonkás kockasajt Szezám-magvas zsemle	Helyben sült vaníliás párna Banán