


Heti étlap 2023.08.21 - 2023.08.25

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	320 Glutén, szója, hal és olajos mentes 4-6 éves	Karamellás tej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea CM, Sonkakrém Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru, kigyóborka			Herba tea CM, Zala felvágott, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Tej, Csokoládés puding, Gluténmentes pékáru			Herba tea CM, Körözött, Gluténmentes pékáru, Paprika		
		Energia: 374.34 Kcal / 1,564.74 KJ			Energia: 247.33 Kcal / 1,033.84 KJ			Energia: 304.10 Kcal / 1,271.14 KJ			Energia: 428.55 Kcal / 1,791.34 KJ			Energia: 233.10 Kcal / 974.36 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.49 g	11.02 g	3.73 g	5.75 g	4.82 g	1.54 g	6.39 g	11.19 g	3.27 g	16.67 g	6.77 g	3.33 g	6.51 g	2.68 g	1.08 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
54.93 g	17.14 g	0.86 g	42.01 g	18.19 g	0.77 g	41.16 g	13.79 g	0.99 g	71.78 g	12.39 g	1.00 g	42.52 g	13.79 g	0.90 g		
7			7			7			7			7				
Ebéd	320 Glutén, szója, hal és olajos mentes 4-6 éves	Vegyes gyümölcsleves, Rakott zöldbab			Erőleves, Levesbetét, Sült bécsi rudacska, Finomfőzelék, GM pékáru, ebédhez			Bableves, Rizsfelfűjt, Gyümölcsöntet, GM pékáru, ebédhez, Görögdinnye			Brokkoli krém lev., Kölesgolyó, Rántott sertésszelet, Burgonyapüré , Uborkasaláta			Lebbencsleves, Hentes tokány, Párolt rizs		
		Energia: 444.23 Kcal / 1,856.88 KJ			Energia: 516.35 Kcal / 2,158.34 KJ			Energia: 801.97 Kcal / 3,352.23 KJ			Energia: 429.24 Kcal / 1,794.22 KJ			Energia: 502.61 Kcal / 2,100.91 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.23 g	20.71 g	7.70 g	15.45 g	23.70 g	5.98 g	19.64 g	9.17 g	2.72 g	20.56 g	14.14 g	3.86 g	17.98 g	18.47 g	4.07 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
50.46 g	12.99 g	2.10 g	58.83 g	4.96 g	4.72 g	159.37 g	33.50 g	1.61 g	54.56 g	4.06 g	3.24 g	65.30 g	0.50 g	3.94 g		
7			7,9			3,7,9,(12)			7			15,(12)				
Uzsonna	320 Glutén, szója, hal és olajos mentes 4-6 éves	Bécsi felv , Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paprika			Pulykamell sonka , Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Sajt szelet, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Zöldfűszeres kockasajt , Gluténmentes pékáru			Baracklevár, Liga margarin , Gluténmentes pékáru		
		Energia: 347.38 Kcal / 1,452.05 KJ			Energia: 231.65 Kcal / 968.30 KJ			Energia: 280.08 Kcal / 1,170.73 KJ			Energia: 183.38 Kcal / 766.53 KJ			Energia: 235.77 Kcal / 985.52 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.38 g	20.38 g	6.68 g	7.06 g	8.56 g	2.28 g	8.90 g	13.32 g	5.48 g	6.81 g	3.15 g	1.37 g	3.72 g	8.00 g	2.10 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
28.26 g	0.40 g	2.27 g	28.38 g	0.40 g	1.02 g	27.88 g	0.40 g	0.99 g	28.70 g	0.40 g	0.68 g	33.98 g	5.91 g	0.59 g		
7			7			7			7			(12)				

Az étlanváltoztatás igazát 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-sz | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

.....
 Élelmezésvezető

Heti étlap 2023.08.21 - 2023.08.25

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	372 Tej-tojásmentes 4-6 éves	Tejeskávé rizstejből, Liga margarin , Diétás pékáru BL		Herba tea CM, Sonkakrém Liga margarinna, Diétás pékáru BL, kigyóborka			Herba tea CM, Zala felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Rizstej, Csoki puding , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Növényi túrós körözött, Diétás pékáru BL, Paprika			
		Energia: 343.56 Kcal / 1,436.08 KJ			Energia: 243.34 Kcal / 1,017.16 KJ			Energia: 300.11 Kcal / 1,254.46 KJ			Energia: 399.33 Kcal / 1,669.20 KJ			Energia: 200.92 Kcal / 839.85 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.65 g	9.65 g	2.17 g	7.67 g	4.55 g	1.38 g	8.31 g	10.92 g	3.11 g	5.78 g	4.44 g	0.52 g	5.85 g	0.81 g	0.04 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
57.47 g	21.42 g	0.68 g	42.64 g	17.79 g	0.86 g	41.79 g	13.39 g	1.08 g	82.34 g	27.21 g	0.59 g	42.33 g	13.39 g	0.83 g		
1		1			1			1			1					
Ebéd	372 Tej-tojásmentes 4-6 éves	Vegyes gyümölcsleves, Rakott zöldbab (bulgur)		Erőleves, Levesbetét, Sült bécsi rudacska, Finomfőzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			Bableves, Rizsfelfújt, Gyümölcsöntet, Diétás pékáru BL, ebédhez, Görögdinnye			Brokkoli krém lev., Pirított kenyérfocsi, Rántott halfilé, Burgonyapüré, Uborkasaláta			Lebbencsleves, Hentes tokány, Párolt rizs			
		Energia: 373.00 Kcal / 1,559.14 KJ			Energia: 460.08 Kcal / 1,923.13 KJ			Energia: 669.98 Kcal / 2,800.52 KJ			Energia: 615.24 Kcal / 2,571.70 KJ			Energia: 557.69 Kcal / 2,331.14 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		14.23 g	14.91 g	4.32 g	14.28 g	18.64 g	5.09 g	10.37 g	5.58 g	0.65 g	16.77 g	35.59 g	5.17 g	18.24 g	24.24 g	6.06 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
47.27 g	12.99 g	2.02 g	57.47 g	4.95 g	2.53 g	142.22 g	39.19 g	1.32 g	54.97 g	5.58 g	3.09 g	65.77 g	0.50 g	3.88 g		
1		9			9,(12)			1,4			1,15,(12)					
Uzsonna	372 Tej-tojásmentes 4-6 éves	Bécsi felv , Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paprika		Pulykamell sonka , Liga margarin , Diétás pékáru BL			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Zöldfűszeres növényi szendvicssaláta, Diétás pékáru BL			Baracklevél, Liga margarin , Diétás pékáru BL			
		Energia: 343.39 Kcal / 1,435.37 KJ			Energia: 227.66 Kcal / 951.62 KJ			Energia: 209.83 Kcal / 877.09 KJ			Energia: 239.61 Kcal / 1,001.57 KJ			Energia: 231.78 Kcal / 968.84 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.30 g	20.11 g	6.52 g	8.98 g	8.29 g	2.12 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g	6.00 g	10.33 g	8.44 g	5.64 g	7.73 g	1.94 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.89 g	0.00 g	2.36 g	29.01 g	0.00 g	1.11 g	28.47 g	0.00 g	0.68 g	30.73 g	0.00 g	1.22 g	34.61 g	5.51 g	0.68 g		
1		1			1			1			1,(12)					

Az étlanváltoztatás íogát 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 | |

Jó étvágyat kívánunk!

.....
 Élelmésvetető

Heti étlap 2023.08.21 - 2023.08.25

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
eatrend	Tízórai	Tejeskávé rizstejből, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Sonkakrém Liga margarinnal, Diétás pékáru BL, Uborka			Herba tea CM, Zala felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Rizstej, Csoki puding , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Növényi túrós körözött, Diétás pékáru BL, Paprika		
		Energia: 343.56 Kcal / 1,436.08 KJ			Energia: 240.99 Kcal / 1,007.34 KJ			Energia: 300.11 Kcal / 1,254.46 KJ			Energia: 399.33 Kcal / 1,669.20 KJ			Energia: 200.92 Kcal / 839.85 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		5.65 g	9.65 g	2.17 g	7.47 g	4.53 g	1.23 g	8.31 g	10.92 g	3.11 g	5.78 g	4.44 g	0.52 g	5.85 g	0.81 g	0.04 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
57.47 g	21.42 g	0.68 g	42.30 g	15.59 g	0.86 g	41.79 g	13.39 g	1.08 g	82.34 g	27.21 g	0.59 g	42.33 g	13.39 g	0.83 g		
1		1			1			1			1			1		
Ebéd	802 Tejmentes 4-6 éves	Vegyes gyümölcsleves, Rakott zöldbab (bulgur)			Erőleves, Levesbetét, Sült bécsi rudacska, Finomfőzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			Szárzableves, Rizsfelfújt, Gyümölcsöntet, Diétás pékáru BL, ebédhez, Görögdinnye			Brokkoli krém lev., Pirított kenyérkocka, Rántott halfilé, Burgonyapüré, Uborkasaláta			Lebbencsleves, Hentes tokány, Párolt rizs		
		Energia: 373.00 Kcal / 1,559.14 KJ			Energia: 466.34 Kcal / 1,949.30 KJ			Energia: 735.24 Kcal / 3,073.30 KJ			Energia: 484.61 Kcal / 2,025.67 KJ			Energia: 565.65 Kcal / 2,364.42 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		14.23 g	14.91 g	4.32 g	15.71 g	18.97 g	5.17 g	12.25 g	11.39 g	2.11 g	18.87 g	16.50 g	3.04 g	19.90 g	22.36 g	5.91 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
47.27 g	12.99 g	2.02 g	56.92 g	4.65 g	2.57 g	143.63 g	39.19 g	1.61 g	63.39 g	5.58 g	3.35 g	70.37 g	0.01 g	1.80 g		
1		1,3,9			1,3,9,(12)			1,3,4			1,9,15,(3),(12)					
Uzsonna	802 Tejmentes 4-6 éves	Bécsi felv , Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paprika			Pulykamell sonka , Liga margarin , Diétás pékáru BL			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Zöldfűszeres növényi szendvicsszén, Diétás pékáru BL			Baracklevél, Liga margarin , Diétás pékáru BL		
		Energia: 343.39 Kcal / 1,435.37 KJ			Energia: 227.66 Kcal / 951.62 KJ			Energia: 209.83 Kcal / 877.09 KJ			Energia: 239.61 Kcal / 1,001.57 KJ			Energia: 231.78 Kcal / 968.42 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		11.30 g	20.11 g	6.52 g	8.98 g	8.29 g	2.12 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g	6.00 g	10.33 g	8.44 g	5.64 g	7.73 g	1.94 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.89 g	0.00 g	2.36 g	29.01 g	0.00 g	1.11 g	28.47 g	0.00 g	0.68 g	30.73 g	0.00 g	1.22 g	34.61 g	5.51 g	0.68 g		
1		1			1			1			1,(12)					

Az étlanváltoztatás íogát 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-tejtermél | 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 | |

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmészvezető

Heti étlap 2023.08.21 - 2023.08.25

eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	903 Tej, szója és olajosmag mentes 4-6 éves	Tejeskávé rizstejből, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Sonkakrém Liga margarinna, Diétás pékáru BL, kigyóborka			Herba tea CM, Zala felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Rizstej, Csoki puding , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Növényi túros körözött, Diétás pékáru BL, Paprika		
		Energia: 343.56 Kcal / 1,436.08 KJ			Energia: 243.34 Kcal / 1,017.16 KJ			Energia: 300.11 Kcal / 1,254.46 KJ			Energia: 399.33 Kcal / 1,669.20 KJ			Energia: 200.92 Kcal / 839.85 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.65 g	9.65 g	2.17 g	7.67 g	4.55 g	1.38 g	8.31 g	10.92 g	3.11 g	5.78 g	4.44 g	0.52 g	5.85 g	0.81 g	0.04 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
57.47 g	21.42 g	0.68 g	42.64 g	17.79 g	0.86 g	41.79 g	13.39 g	1.08 g	82.34 g	27.21 g	0.59 g	42.33 g	13.39 g	0.83 g		
1			1			1			1			1				
Ebéd	903 Tej, szója és olajosmag mentes 4-6 éves	Vegyes gyümölcsleves, Rakott zöldbab (bulgur)			Erőleves, Levesbetét, Sült bécsi rudacska, Finomfőzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			Szárzabbaleves, Rizsfelfújt, Gyümölcsöntet, Diétás pékáru BL, ebédhez, Görögdinnye			Brokkoli krém lev., Pirított kenyérbocok, Rántott halfilé, Burgonyapüré, Uborkasaláta			Lebbencsleves, Hentes tokány, Párolt rizs		
		Energia: 373.00 Kcal / 1,559.14 KJ			Energia: 466.34 Kcal / 1,949.30 KJ			Energia: 735.24 Kcal / 3,073.30 KJ			Energia: 484.61 Kcal / 2,025.67 KJ			Energia: 565.65 Kcal / 2,364.42 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		14.23 g	14.91 g	4.32 g	15.71 g	18.97 g	5.17 g	12.25 g	11.39 g	2.11 g	18.87 g	16.50 g	3.04 g	19.90 g	22.36 g	5.91 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
47.27 g	12.99 g	2.02 g	56.92 g	4.65 g	2.57 g	143.63 g	39.19 g	1.61 g	63.39 g	5.58 g	3.35 g	70.37 g	0.01 g	1.80 g		
1			1,3,9			1,3,9,(12)			1,3,4			1,9,15,(3),(12)				
Uzsonna	903 Tej, szója és olajosmag mentes 4-6 éves	Bécsi felv , Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paprika			Pulykamell sonka , Liga margarin , Diétás pékáru BL			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Zöldfűszeres növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL			Baracklevél, Liga margarin , Diétás pékáru BL		
		Energia: 343.39 Kcal / 1,435.37 KJ			Energia: 227.66 Kcal / 951.62 KJ			Energia: 209.83 Kcal / 877.09 KJ			Energia: 239.61 Kcal / 1,001.57 KJ			Energia: 231.78 Kcal / 968.84 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.30 g	20.11 g	6.52 g	8.98 g	8.29 g	2.12 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g	6.00 g	10.33 g	8.44 g	5.64 g	7.73 g	1.94 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
28.89 g	0.00 g	2.38 g	29.01 g	0.00 g	1.11 g	28.47 g	0.00 g	0.68 g	30.73 g	0.00 g	1.22 g	34.61 g	5.51 g	0.68 g		
1			1			1			1			1,(12)				

Az étlanváltatást igaz 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,lakt | 10-mustár | 13-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szszám | 14-puhatestűk | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfít | 15-mesterséges édesítőszer | |

3 étvágyat kívánunk

Élelmezésvezető

