


Heti étlap 2025.03.17. - 2025.03.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Reggeli</b>	<b>Bölcsőde</b> <b>1-3 éves</b>	Karamellás tej Kiflivel			Citromos tea Zöldfűszeres vajkrémes Félbarna kenyér Paradicsommal			Erdei gyümölcsös tea Sült hagymakrémes Teljes kiőrlésű kenyér			Barackos tea Petrezselymes tojáskrémes Félbarna kenyér Kígyóuborkával			Vaníliás tej Kiflivel		
		Energia: 219.79 Kcal / 918.72 KJ			Energia: 204.84 Kcal / 856.23 KJ			Energia: 185.82 Kcal / 776.73 KJ			Energia: 180.08 Kcal / 752.73 KJ			Energia: 214.36 Kcal / 896.02 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8.86 g	4.48 g	2.38 g	4.75 g	8.47 g	4.06 g	4.37 g	7.95 g	0.04 g	6.20 g	6.94 g	2.80 g	8.87 g	4.48 g	2.38 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
35.75 g	12.49 g	0.58 g	27.13 g	14.99 g	0.00 g	23.87 g	10.00 g	0.08 g	23.07 g	22.73 g	0.23 g	34.38 g	9.99 g	0.58 g		
1,7			1,7			1,7			1,3,7,10,(12)			1,7				
<b>Tízórai</b>	<b>Bölcsőde</b> <b>1-3 éves</b>	Alma			Körte			Narancs			Alma			Körte		
		Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 26.50 Kcal / 110.77 KJ			Energia: 20.71 Kcal / 86.57 KJ			Energia: 17.39 Kcal / 72.69 KJ			Energia: 26.50 Kcal / 110.77 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.20 g	0.15 g	0.00 g	0.30 g	0.10 g	0.00 g	0.20 g	0.20 g	0.00 g	0.20 g	0.15 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
3.50 g	0.00 g	0.01 g	6.00 g	0.00 g	0.00 g	4.25 g	0.00 g	0.00 g	3.50 g	0.00 g	0.01 g	6.00 g	0.00 g	0.00 g		
<b>Ebéd</b>	<b>Bölcsőde</b> <b>1-3 éves</b>	Gyümölcslé Kapros-tejfölös tökfőzelék Párolt csirkemájjal Félbarna kenyérral			Gyümölcslé Sajtos zöldborsós csirkeragu Párolt rizszel			Pulykaraguleves Mákos piskóta Vanília sodóval Alma			Gyümölcslé Húsos rakott burgonya Házi almás céklasaláta			Zselici húsos leves Tejbedara Kakaó szórat		
		Energia: 410.31 Kcal / 1,715.10 KJ			Energia: 377.07 Kcal / 1,576.15 KJ			Energia: 404.96 Kcal / 1,692.73 KJ			Energia: 398.58 Kcal / 1,666.06 KJ			Energia: 362.35 Kcal / 1,514.62 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		19.86 g	18.10 g	1.09 g	14.44 g	18.04 g	0.44 g	14.21 g	15.18 g	5.31 g	14.50 g	16.01 g	6.17 g	17.24 g	17.66 g	2.77 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
41.10 g	8.69 g	0.09 g	38.53 g	2.70 g	0.20 g	52.38 g	42.06 g	1.87 g	47.57 g	2.70 g	0.83 g	34.16 g	34.47 g	0.99 g		
1,7			1,7			1,3,7,9,(12)			1,7			1,7,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>Bölcsőde</b> <b>1-3 éves</b>	Epres tea Daráltlenmagos sajtkrémes Rozskenyér Kígyóuborkával			Tej Kifli Gyümölcskrémmel			Tej Szendvics sonkás Zsemle Margarinnal Paprikával			Tej Helyben sült gesztenyés rúd			Meggyes tea Baromfi párizsis Rozskenyér Margarinnal Paprikával		
		Energia: 245.51 Kcal / 1,026.23 KJ			Energia: 214.97 Kcal / 898.57 KJ			Energia: 268.73 Kcal / 1,123.29 KJ			Energia: 90.43 Kcal / 378.00 KJ			Energia: 216.98 Kcal / 906.98 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7.72 g	9.13 g	9.31 g	9.02 g	4.51 g	3.14 g	13.43 g	6.84 g	4.15 g	6.50 g	8.85 g	3.04 g	8.20 g	5.90 g	6.45 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32.79 g	12.74 g	0.95 g	34.27 g	0.00 g	0.64 g	38.25 g	0.00 g	0.70 g	33.50 g	0.00 g	0.23 g	32.72 g	9.99 g	1.10 g		
1,7			1,7			1,7			6,7,(5),(8)			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 3-tojás  
2-rák 4-hal

5-földimogyoró 6-szója

7-tejtermék,laktóz 8-diófélék

9-zeller 11-szezám 10-mustár 12-kéndioxid-szulfit

13-csilagfűrt 14-puhatestűek

15-mesterséges édesítőszer 16-édesgyökér

**Jó étvágyat kívánunk!**

**Eatrend Kft.**  
2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
Céginformációs adataink: 1723498-5-13  
Adószám: 14833604-13

Élelmezésvezető