


Tételes étlap 2022.07.18 - 2022.07.24

| Diéta | Étlap tétel | Energia (KJ) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsír (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | | | | |
|-----------------------|----------------|----------------------------|-------------------------------|----------------|----------------------------|-------------------------|----------------|-----------|--------|------------|---------|---------|------|---------|
| 7/18/2022 | Laktóz (00143) | Tej, natív cukormentes 4-6 | T Herba tea | 10,82 | 2,59 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,08 | 0,04 | 0,00 15 | | | |
| | | | Sonkakrém Liga margarinnal | 293,26 | 70,16 | 4,25 | 5,84 | 1,72 | 0,06 | 0,00 | 0,72 | | | |
| | | | Diétás pékáru BL DIAB | 316,59 | 75,74 | 2,96 | 0,39 | 0,02 | 15,00 | 0,00 | 0,31 | 1 | | |
| | | | Paprika | 32,76 | 7,84 | 0,48 | 0,12 | 0,00 | 1,20 | 0,00 | 0,00 | | | |
| | | | E Brokkoli krém lev. | 251,52 | 60,17 | 2,07 | 2,69 | 0,23 | 6,89 | 0,00 | 0,75 | 1 | | |
| | | | Kölesgolyó | 148,10 | 35,43 | 1,30 | 0,34 | 0,07 | 8,00 | 0,06 | 0,00 | | | |
| | | | Olaszos Rakott tészta | 759,45 | 181,68 | 7,93 | 7,59 | 2,29 | 20,18 | 0,00 | 0,67 | 1,(3) | | |
| | | | U Sertés párizsi | 356,50 | 85,29 | 4,76 | 7,28 | 2,75 | 0,08 | 0,00 | 0,91 | | | |
| | | | Liga margarin | 531,22 | 127,09 | 0,04 | 14,00 | 3,80 | 0,08 | 0,00 | 0,20 | | | |
| | | | Diétás pékáru BL DIAB | 108,83 | 26,04 | 1,02 | 0,14 | 0,01 | 5,16 | 0,00 | 0,11 | 1 | | |
| | | | Alma | 218,12 | 52,18 | 0,60 | 0,60 | 0,00 | 10,50 | 0,00 | 0,02 | | | |
| | | | Összesen: | 3 027,17 | 724,21 | 25,41 | 38,99 | 10,89 | 67,23 | 0,10 | 3,69 | | | |
| 7/19/2022 | Laktóz (00143) | Tej, natív cukormentes 4-6 | T Herba tea | 10,82 | 2,59 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,08 | 0,04 | 0,00 15 | | | |
| | | | Csoki puding TUTTI tejmentes | 173,99 | 41,62 | 0,09 | 0,06 | 0,03 | 10,12 | 0,00 | 0,00 | 15 | | |
| | | | Diétás pékáru BL DIAB | 108,83 | 26,04 | 1,02 | 0,14 | 0,01 | 5,16 | 0,00 | 0,11 | 1 | | |
| | | | E Körtekrémleves | 156,64 | 37,48 | 0,41 | 0,22 | 0,02 | 8,27 | 0,30 | 0,25 | | | |
| | | | Rántott sertésszelet | 509,21 | 121,82 | 12,09 | 5,21 | 1,71 | 6,43 | 0,00 | 0,65 | | | |
| | | | Párolt rizs | 330,76 | 79,13 | 1,44 | 1,91 | 0,22 | 13,95 | 0,00 | 0,40 | | | |
| | | | Káposztasaláta édesítőszerrel | 135,30 | 32,37 | 1,62 | 0,20 | 0,03 | 5,72 | 0,00 | 1,02 | 15 | | |
| | | | U Zöldfűszeres margarinkrém | 720,12 | 172,22 | 0,10 | 18,91 | 5,13 | 0,22 | 0,00 | 0,27 | | | |
| | | | Diétás pékáru BL DIAB | 316,59 | 75,74 | 2,96 | 0,39 | 0,02 | 15,00 | 0,00 | 0,31 | 1 | | |
| | | | Összesen: | 2 462,26 | 589,01 | 19,73 | 27,04 | 7,17 | 64,95 | 0,34 | 3,01 | | | |
| | | | 7/20/2022 | Laktóz (00143) | Tej, natív cukormentes 4-6 | T Herba tea | 10,82 | 2,59 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,08 | 0,04 | 0,00 15 |
| | | | | | | Petrezselymes sonkakrém | 826,64 | 197,76 | 2,64 | 20,59 | 5,67 | 0,15 | 0,00 | 0,67 |
| Diétás pékáru BL DIAB | 316,59 | 75,74 | | | | 2,96 | 0,39 | 0,02 | 15,00 | 0,00 | 0,31 | 1 | | |
| Paradicsom | 36,62 | 8,76 | | | | 0,40 | 0,08 | 0,02 | 1,60 | 0,00 | 0,01 | | | |
| E Gulyásleves | 410,82 | 98,28 | | | | 5,75 | 3,60 | 0,56 | 10,45 | 0,01 | 0,13 | 9 | | |
| Kölesfelfújt | 408,74 | 97,78 | | | | 3,91 | 3,28 | 0,70 | 12,91 | 1,14 | 0,13 | 3,15 | | |
| Őszibarack | 257,99 | 61,72 | | | | 1,05 | 0,15 | 0,00 | 13,50 | 0,00 | 0,01 | | | |
| U Álom sonka | 184,80 | 44,21 | | | | 6,80 | 1,12 | 0,37 | 1,68 | 0,00 | 0,85 | | | |
| Liga margarin | 531,22 | 127,09 | | | | 0,04 | 14,00 | 3,80 | 0,08 | 0,00 | 0,20 | | | |
| Diétás pékáru BL DIAB | 316,59 | 75,74 | | | | 2,96 | 0,39 | 0,02 | 15,00 | 0,00 | 0,31 | 1 | | |
| Összesen: | 3 300,83 | 789,67 | | | | 26,51 | 43,60 | 11,16 | 70,45 | 1,19 | 2,62 | | | |
| 7/21/2022 | Laktóz (00143) | Tej, natív cukormentes 4-6 | | | | T Herba tea | 10,82 | 2,59 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,08 | 0,04 | 0,00 15 |
| | | | Csirke mell sonka | 184,80 | 44,21 | 6,80 | 1,12 | 0,37 | 1,68 | 0,00 | 0,85 | | | |
| | | | Liga margarin | 531,22 | 127,09 | 0,04 | 14,00 | 3,80 | 0,08 | 0,00 | 0,20 | | | |
| | | | Diétás pékáru BL DIAB | 316,59 | 75,74 | 2,96 | 0,39 | 0,02 | 15,00 | 0,00 | 0,31 | 1 | | |
| | | | E Kerti zöldségleves | 524,50 | 124,57 | 2,12 | 10,34 | 0,80 | 6,22 | 0,04 | 2,10 | 9 | | |
| | | | Paprikás burgonya virslivel | 1 101,57 | 263,53 | 8,48 | 13,31 | 3,48 | 26,89 | 0,00 | 2,25 | | | |
| | | | Csemege uborka | 57,54 | 13,77 | 0,60 | 0,10 | 0,00 | 2,60 | 0,00 | 2,40 | 15,(12) | | |
| | | | U Zala felvágott | 340,77 | 81,52 | 5,46 | 6,38 | 2,33 | 0,46 | 0,00 | 0,80 | | | |
| | | | Liga margarin | 531,22 | 127,09 | 0,04 | 14,00 | 3,80 | 0,08 | 0,00 | 0,20 | | | |
| | | | Diétás pékáru BL DIAB | 316,59 | 75,74 | 2,96 | 0,39 | 0,02 | 15,00 | 0,00 | 0,31 | 1 | | |
| | | | Uborka | 19,66 | 4,70 | 0,40 | 0,04 | 0,00 | 0,68 | 0,00 | 0,01 | | | |
| | | | Összesen: | 3 935,28 | 940,55 | 29,86 | 60,07 | 14,62 | 68,77 | 0,08 | 9,43 | | | |
| 7/22/2022 | Laktóz (00143) | Tej, natív cukormentes 4-6 | T Herba tea | 10,82 | 2,59 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,08 | 0,04 | 0,00 15 | | | |
| | | | Violife növényi sajt szelet | 35,74 | 8,55 | 0,00 | 0,69 | 0,00 | 0,60 | 0,00 | 0,00 | | | |
| | | | Liga margarin | 531,22 | 127,09 | 0,04 | 14,00 | 3,80 | 0,08 | 0,00 | 0,20 | | | |
| | | | Diétás pékáru BL DIAB | 284,93 | 68,17 | 2,66 | 0,35 | 0,02 | 13,50 | 0,00 | 0,28 | 1 | | |
| | | | Paradicsom | 36,62 | 8,76 | 0,40 | 0,08 | 0,02 | 1,60 | 0,00 | 0,01 | | | |
| | | | E Tojásleves | 164,13 | 39,27 | 1,27 | 2,71 | 0,43 | 2,45 | 0,01 | 1,01 | 1,3,9 | | |
| | | | Vagdalt | 367,24 | 87,86 | 9,14 | 5,35 | 1,16 | 0,78 | 0,00 | 0,94 | | | |
| | | | Zöldbabfőzelék | 361,77 | 86,54 | 2,51 | 4,03 | 0,46 | 9,88 | 0,00 | 0,39 | 1 | | |
| | | | Diétás pékáru BL DIAB | 494,67 | 118,34 | 4,63 | 0,61 | 0,04 | 23,44 | 0,00 | 0,49 | 1 | | |
| | | | U Vaníliás puding vízzel | 174,00 | 41,63 | 0,09 | 0,06 | 0,03 | 10,13 | 0,00 | 0,00 | 15 | | |
| | | | Diétás pékáru BL DIAB | 108,83 | 26,04 | 1,02 | 0,14 | 0,01 | 5,16 | 0,00 | 0,11 | 1 | | |
| | | | Összesen: | 2 569,97 | 614,84 | 21,76 | 28,02 | 5,97 | 67,70 | 0,05 | 3,43 | | | |

Heti étlap 2022.07.18. - 2022.07.24.

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|---|---|--|------------------------|---------|--|-------------------------|---------|--|------------------------|---------|---|------------------------|---------|--|--------|--------|
|  Tízórai | 903 Tej,szója és olajosmag mentes 4-6 éves | Herba tea, Sonkakrém Liga margarinnal, Diétás pékáru BL, Paprika | | | Rizstej, Csoki puding , Diétás pékáru BL | | | Herba tea, Petrezselymes sonkakrém, Diétás pékáru BL, Paradicsom | | | Karamellás rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL | | | Herba tea, Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paradicsom | | |
| | | Energia: 234.81 Kcal / 981.51 KJ | | | Energia: 398.91 Kcal / 1,667.44 KJ | | | Energia: 299.07 Kcal / 1,250.11 KJ | | | Energia: 328.79 Kcal / 1,374.34 KJ | | | Energia: 268.01 Kcal / 1,120.28 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 7.93 g | 3.71 g | 0.90 g | 5.78 g | 4.43 g | 0.53 g | 7.08 g | 11.07 g | 2.89 g | 5.62 g | 9.01 g | 2.10 g | 5.78 g | 8.12 g | 1.95 g |
| Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | | |
| 42.15 g 13.39 g 0.94 g | | | 82.26 g 27.17 g 0.59 g | | | 42.40 g 13.39 g 0.92 g | | | 55.48 g 22.09 g 0.68 g | | | 42.66 g 13.39 g 0.68 g | | | | |
| Ebéd | 903 Tej,szója és olajosmag mentes 4-6 éves | 1 | | | 1 | | | 1 | | | 1 | | | 1 | | |
| | | Brokkoli krém lev., Pirított kenyérkocka, Olaszos Rakott tészta | | | Körtekrémleves, Rántott sertés szelet, Párolt rizs, Káposztasaláta | | | Gulyásleves, Diétás pékáru BL, ebédhez, Kölesfelfújt | | | Kerti zöldségleves, Paprikás burgonya virslivel, Csemege uborka | | | Tojásleves, Vagdalt, Zöldbabfőzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez | | |
| | | Energia: 500.28 Kcal / 2,091.17 KJ | | | Energia: 563.34 Kcal / 2,354.76 KJ | | | Energia: 572.45 Kcal / 2,392.84 KJ | | | Energia: 310.32 Kcal / 1,297.14 KJ | | | Energia: 366.02 Kcal / 1,529.96 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| 21.14 g | 20.11 g | 5.45 g | 20.14 g | 16.04 g | 3.03 g | 11.15 g | 10.55 g | 2.60 g | 11.64 g | 12.62 g | 4.12 g | 14.91 g | 14.51 g | 2.35 g | | |
| Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | | |
| 58.14 g 0.00 g 2.48 g | | | 83.84 g 10.50 g 1.88 g | | | 106.75 g 31.69 g 0.38 g | | | 36.58 g 0.01 g 3.76 g | | | 43.27 g 1.51 g 2.59 g | | | | |
| Uzsonna | 903 Tej,szója és olajosmag mentes 4-6 éves | 1,(3) | | | 1,3 | | | 3 | | | 9,15,(12) | | | 1,3 | | |
| | | Sertés párizsi, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Alma | | | Zöldfűszeres margarinkrém, Diétás pékáru BL | | | Álom sonka, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Őszibarack | | | Zala felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Uborka | | | Tápióka puding, Diétás pékáru BL | | |
| | | Energia: 300.37 Kcal / 1,255.55 KJ | | | Energia: 228.12 Kcal / 953.54 KJ | | | Energia: 252.35 Kcal / 1,054.82 KJ | | | Energia: 248.66 Kcal / 1,039.40 KJ | | | Energia: 160.24 Kcal / 669.80 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| 8.56 g | 11.97 g | 3.32 g | 5.61 g | 10.19 g | 2.61 g | 9.40 g | 8.35 g | 2.12 g | 8.51 g | 10.94 g | 3.11 g | 6.17 g | 1.00 g | 0.18 g | | |
| Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | | |
| 38.71 g 0.00 g 1.16 g | | | 28.24 g 0.00 g 0.72 g | | | 34.41 g 0.00 g 1.12 g | | | 28.74 g 0.00 g 1.09 g | | | 31.44 g 1.08 g 0.60 g | | | | |
| 1 | | | 1 | | | 1 | | | 1 | | | 1,7 | | | | |

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén

4-hal

7-tejterm 10-mustár

13-csillagfűrt

16-édesgyökér

2-rák

5-földimogyoró

8-diófélél 11-szezám

14-puhatestűek

!ó étvágyat kívánunk!

.....

3-tojás

6-szója


9-zeller 12-kéndioxid-szulfit 15-mestermézes édesítőszer

Élelmezésvezető

Tételes étlap 2022.07.18 - 2022.07.24

| Dátum | Ételtípus | Energia (kJ) | Energia (kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T-Zsírsav (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | |
|-------------------------|---|-----------------------------------|----------------|-------------|----------|---------------|----------------|-----------|--------|------------|---------|
| 7/18/2022 | L. SZÉK (009003) Tejcsója és olajosmagM 4-6 éves | R Herba tea | 224,89 | 53,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,39 | 13,39 | 0,00 | |
| | | Csirke mell sonka | 92,40 | 22,11 | 3,40 | 0,56 | 0,18 | 0,84 | 0,00 | 0,43 | |
| | | Liga margarin | 265,61 | 63,54 | 0,02 | 7,00 | 1,90 | 0,04 | 0,00 | 0,10 | |
| | | Diétás pékáru BL | 593,61 | 142,01 | 5,56 | 0,73 | 0,04 | 28,13 | 0,00 | 0,58 | 1 |
| | | T Herba tea | 224,89 | 53,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,39 | 13,39 | 0,00 | |
| | | Sonkakrém Liga margarinnal | 146,63 | 35,08 | 2,13 | 2,92 | 0,86 | 0,03 | 0,00 | 0,36 | |
| | | Diétás pékáru BL | 593,61 | 142,01 | 5,56 | 0,73 | 0,04 | 28,13 | 0,00 | 0,58 | 1 |
| | | Paprika | 16,38 | 3,92 | 0,24 | 0,06 | 0,00 | 0,60 | 0,00 | 0,00 | |
| | | E Brokkoli krém lev. | 251,52 | 60,17 | 2,07 | 2,69 | 0,23 | 6,89 | 0,00 | 0,75 | 1 |
| | | Pírtott kenyérkocka | 108,11 | 25,86 | 0,98 | 0,10 | 0,00 | 5,23 | 0,00 | 0,20 | 1 |
| | | Olaszos Rakott tészta | 1 731,55 | 414,25 | 18,09 | 17,32 | 5,22 | 46,02 | 0,00 | 1,53 | 1,(3) |
| | | U Sertés párizsi | 178,25 | 42,64 | 2,38 | 3,64 | 1,38 | 0,04 | 0,00 | 0,46 | |
| | | Liga margarin | 265,61 | 63,54 | 0,02 | 7,00 | 1,90 | 0,04 | 0,00 | 0,10 | |
| | | Diétás pékáru BL | 593,61 | 142,01 | 5,56 | 0,73 | 0,04 | 28,13 | 0,00 | 0,58 | 1 |
| | | V Alma | 218,12 | 52,18 | 0,60 | 0,60 | 0,00 | 10,50 | 0,00 | 0,02 | |
| | | Herba tea | 224,89 | 53,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,39 | 13,39 | 0,00 | |
| Lángos | 581,20 | 139,05 | 4,35 | 2,03 | 0,33 | 25,87 | 0,16 | 0,79 | 1 | | |
| Fokhagymamártás | 483,52 | 115,67 | 0,73 | 7,65 | 0,88 | 10,70 | 1,72 | 0,64 | | | |
| Összesen: | 6 794,40 | 1 625,44 | 51,69 | 53,76 | 13,00 | 231,36 | 42,05 | 7,12 | | | |
| 7/19/2022 | L. SZÉK (009003) Tejcsója és olajosmagM 4-6 éves | R Rizstej | 349,30 | 83,56 | 0,06 | 1,91 | 0,24 | 15,78 | 7,99 | 0,00 | |
| | | Kolbászkrem házi TM | 455,45 | 108,96 | 0,91 | 11,55 | 3,16 | 0,23 | 0,00 | 0,27 | |
| | | Diétás pékáru BL | 593,61 | 142,01 | 5,56 | 0,73 | 0,04 | 28,13 | 0,00 | 0,58 | 1 |
| | | T Rizstej | 349,30 | 83,56 | 0,06 | 1,91 | 0,24 | 15,78 | 7,99 | 0,00 | |
| | | Csoki puding | 724,56 | 173,34 | 0,16 | 1,79 | 0,25 | 38,35 | 19,18 | 0,01 | |
| | | Diétás pékáru BL | 593,61 | 142,01 | 5,56 | 0,73 | 0,04 | 28,13 | 0,00 | 0,58 | 1 |
| | | E Körtékrémleves | 282,71 | 67,64 | 0,23 | 0,18 | 0,02 | 16,19 | 6,50 | 0,25 | |
| | | Rántott sertés szelet | 871,56 | 208,51 | 14,46 | 10,03 | 2,33 | 14,86 | 0,00 | 0,92 | 1,3 |
| | | Párolt rizs | 1 079,15 | 258,17 | 4,80 | 5,75 | 0,67 | 46,50 | 0,00 | 0,30 | |
| | | Káposztasaláta | 121,32 | 29,02 | 0,65 | 0,08 | 0,01 | 6,29 | 4,00 | 0,41 | |
| | | U Zöldfűszeres margarinkrém | 360,06 | 86,11 | 0,05 | 9,46 | 2,57 | 0,11 | 0,00 | 0,14 | |
| | | Diétás pékáru BL | 593,61 | 142,01 | 5,56 | 0,73 | 0,04 | 28,13 | 0,00 | 0,58 | 1 |
| | | V Herba tea | 224,89 | 53,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,39 | 13,39 | 0,00 | |
| | | Sült bécsi rudacska | 616,70 | 147,54 | 7,50 | 12,93 | 4,70 | 0,12 | 0,00 | 1,50 | |
| | | Ketchup | 90,72 | 21,70 | 0,42 | 0,08 | 0,00 | 4,80 | 2,80 | 0,43 | (9) |
| | | Diétás pékáru BL | 593,61 | 142,01 | 5,56 | 0,73 | 0,04 | 28,13 | 0,00 | 0,58 | 1 |
| Összesen: | 7 900,16 | 1 889,95 | 51,54 | 58,59 | 14,35 | 284,92 | 61,85 | 6,55 | | | |
| 7/20/2022 | L. SZÉK (009003) Tejcsója és olajosmagM 4-6 éves | R Herba tea | 224,89 | 53,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,39 | 13,39 | 0,00 | |
| | | Olasz felvágott | 279,89 | 66,96 | 2,74 | 6,16 | 2,29 | 0,06 | 0,00 | 0,84 | |
| | | Liga margarin | 265,61 | 63,54 | 0,02 | 7,00 | 1,90 | 0,04 | 0,00 | 0,10 | |
| | | Diétás pékáru BL | 593,61 | 142,01 | 5,56 | 0,73 | 0,04 | 28,13 | 0,00 | 0,58 | 1 |
| | | T Herba tea | 224,89 | 53,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,39 | 13,39 | 0,00 | |
| | | Petrezselymes sonkakrém | 413,32 | 98,88 | 1,32 | 10,30 | 2,84 | 0,08 | 0,00 | 0,34 | |
| | | Diétás pékáru BL | 593,61 | 142,01 | 5,56 | 0,73 | 0,04 | 28,13 | 0,00 | 0,58 | 1 |
| | | Paradicsom | 18,31 | 4,38 | 0,20 | 0,04 | 0,01 | 0,80 | 0,00 | 0,00 | |
| | | E Gulyásleves | 211,17 | 50,52 | 3,83 | 1,72 | 0,48 | 4,83 | 0,01 | 0,04 | |
| | | Diétás pékáru BL, ebédhez | 432,30 | 103,42 | 0,60 | 0,15 | 0,02 | 24,51 | 1,50 | 0,02 | |
| | | Kölesfelfújt | 1 749,37 | 418,51 | 6,72 | 8,68 | 2,10 | 77,41 | 30,18 | 0,32 | 3 |
| | | U Álom sonka | 92,40 | 22,11 | 3,40 | 0,56 | 0,18 | 0,84 | 0,00 | 0,43 | |
| | | Liga margarin | 265,61 | 63,54 | 0,02 | 7,00 | 1,90 | 0,04 | 0,00 | 0,10 | |
| | | Diétás pékáru BL | 593,61 | 142,01 | 5,56 | 0,73 | 0,04 | 28,13 | 0,00 | 0,58 | 1 |
| | | Ózibarack | 103,20 | 24,69 | 0,42 | 0,06 | 0,00 | 5,40 | 0,00 | 0,01 | |
| | | V Herba tea | 224,89 | 53,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,39 | 13,39 | 0,00 | |
| Brassói aprópecsenye | 1 698,47 | 406,34 | 15,22 | 19,33 | 5,51 | 41,61 | 0,00 | 1,52 | | | |
| Uborkasaláta | 87,12 | 20,84 | 0,41 | 0,04 | 0,00 | 4,69 | 4,00 | 0,41 | | | |
| Összesen: | 8 072,27 | 1 931,16 | 51,58 | 63,23 | 17,35 | 284,87 | 75,86 | 5,87 | | | |
| 7/21/2022 | L. SZÉK (009003) Tejcsója és olajosmagM 4-6 éves | R Herba tea | 224,89 | 53,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,39 | 13,39 | 0,00 | |
| | | Növényi szendvicskrém | 203,98 | 48,80 | 0,22 | 4,80 | 4,20 | 1,30 | 0,00 | 0,32 | |
| | | Diétás pékáru BL | 593,61 | 142,01 | 5,56 | 0,73 | 0,04 | 28,13 | 0,00 | 0,58 | 1 |
| | | T Karamellás rizstej | 515,15 | 123,24 | 0,04 | 1,28 | 0,16 | 27,31 | 22,09 | 0,00 | |
| | | Liga margarin | 265,61 | 63,54 | 0,02 | 7,00 | 1,90 | 0,04 | 0,00 | 0,10 | |
| | | Diétás pékáru BL | 593,61 | 142,01 | 5,56 | 0,73 | 0,04 | 28,13 | 0,00 | 0,58 | 1 |
| | | E Kerti zöldségleves | 131,43 | 31,41 | 0,99 | 1,56 | 0,18 | 3,31 | 0,01 | 0,55 | 9 |
| | | Paprikás burgonya virslivel | 1 142,80 | 273,40 | 10,41 | 11,02 | 3,94 | 32,23 | 0,00 | 2,25 | |
| | | Csemege uborka | 23,02 | 5,51 | 0,24 | 0,04 | 0,00 | 1,04 | 0,00 | 0,96 | 15,(12) |
| | | U Zala felvágott | 170,39 | 40,76 | 2,73 | 3,19 | 1,17 | 0,23 | 0,00 | 0,40 | |
| | | Liga margarin | 265,61 | 63,54 | 0,02 | 7,00 | 1,90 | 0,04 | 0,00 | 0,10 | |
| | | Diétás pékáru BL | 593,61 | 142,01 | 5,56 | 0,73 | 0,04 | 28,13 | 0,00 | 0,58 | 1 |
| | | Uborka | 9,83 | 2,35 | 0,20 | 0,02 | 0,00 | 0,34 | 0,00 | 0,01 | |
| | | V Herba tea | 224,89 | 53,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,39 | 13,39 | 0,00 | |
| | | Tavaszi rizottó növényi sajttal | 1 200,42 | 286,49 | 14,48 | 8,29 | 1,26 | 38,30 | 0,00 | 1,56 | |
| | | Összesen: | 6 158,85 | 1 472,67 | 46,03 | 46,39 | 14,83 | 215,31 | 48,88 | 7,99 | |
| 7/22/2022 | L. SZÉK (009003) Tejcsója és olajosmagM 4-6 éves | R Herba tea | 224,89 | 53,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,39 | 13,39 | 0,00 | |
| | | Szendvics sonka | 108,70 | 26,00 | 4,44 | 0,28 | 0,11 | 1,40 | 0,00 | 0,46 | |
| | | Liga margarin | 265,61 | 63,54 | 0,02 | 7,00 | 1,90 | 0,04 | 0,00 | 0,10 | |
| | | Diétás pékáru BL | 593,61 | 142,01 | 5,56 | 0,73 | 0,04 | 28,13 | 0,00 | 0,58 | 1 |
| | | T Herba tea | 224,89 | 53,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,39 | 13,39 | 0,00 | |
| | | Violife növényi sajt szelet | 17,87 | 4,28 | 0,00 | 0,35 | 0,00 | 0,30 | 0,00 | 0,00 | |
| | | Liga margarin | 265,61 | 63,54 | 0,02 | 7,00 | 1,90 | 0,04 | 0,00 | 0,10 | |
| | | Diétás pékáru BL | 593,61 | 142,01 | 5,56 | 0,73 | 0,04 | 28,13 | 0,00 | 0,58 | 1 |
| | | Paradicsom | 18,31 | 4,38 | 0,20 | 0,04 | 0,01 | 0,80 | 0,00 | 0,00 | |
| | | E Tojásleves | 160,65 | 38,43 | 1,21 | 2,66 | 0,45 | 2,42 | 0,01 | 1,01 | 1,3 |
| | | Vagdalt | 367,24 | 87,86 | 9,14 | 5,35 | 1,16 | 0,78 | 0,00 | 0,94 | |
| | | Zöldbabfőzelék | 569,79 | 136,31 | 3,96 | 6,35 | 0,72 | 15,56 | 0,00 | 0,62 | 1 |
| | | Diétás pékáru BL, ebédhez | 432,30 | 103,42 | 0,60 | 0,15 | 0,02 | 24,51 | 1,50 | 0,02 | |
| | | U Tápóká puding | 76,21 | 18,23 | 0,61 | 0,27 | 0,14 | 3,31 | 1,08 | 0,02 | 7 |
| | | Diétás pékáru BL | 593,61 | 142,01 | 5,56 | 0,73 | 0,04 | 28,13 | 0,00 | 0,58 | 1 |
| | | V Herba tea | 224,89 | 53,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,39 | 13,39 | 0,00 | |
| Rakott brokkoli rizzsel | 1 154,57 | 276,22 | 16,14 | 11,37 | 3,90 | 26,98 | 0,00 | 1,82 | | | |
| Összesen: | 5 892,36 | 1 409,64 | 53,02 | 43,01 | 10,43 | 200,70 | 42,76 | 6,83 | | | |
| 7/23/2022 | L. SZÉK (009003) Tejcsója és olajosmagM 4-6 éves | R Herba tea | 224,89 | 53,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,39 | 13,39 | 0,00 | |
| | | Diétás péksütemény sós | 446,47 | 106,81 | 1,95 | 6,30 | 2,46 | 7,07 | 0,24 | 0,61 | |
| | | T Herba tea | 224,89 | 53,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,39 | 13,39 | 0,00 | |
| | | Baracklevél | 120,83 | 28,91 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 7,13 | 6,23 | 0,00 | (12) |
| | | Liga margarin | 265,61 | 63,54 | 0,02 | 7,00 | 1,90 | 0,04 | 0,00 | 0,10 | |
| | | Diétás pékáru BL | 593,61 | 142,01 | 5,56 | 0,73 | 0,04 | 28,13 | 0,00 | 0,58 | 1 |
| | | E Lencsegyűlés tejmentesen | 656,60 | 157,08 | 14,40 | 3,10 | 0,87 | 17,70 | 0,00 | 0,62 | 10,(12) |
| | | Diétás pékáru BL, ebédhez | 432,30 | 103,42 | 0,60 | 0,15 | 0,02 | 24,51 | 1,50 | 0,02 | |
| | | Főtt tojás | 276,19 | 66,07 | 5,40 | 4,80 | 1,24 | 0,24 | 0,00 | 0,14 | 3 |
| | | Paraj főzelék | 510,77 | 122,19 | 2,64 | 8,53 | 0,98 | 8,57 | 0,00 | 0,66 | 1 |
| | | Főtt burgonya 1/2 adag | 352,75 | 84,39 | 2,25 | 0,18 | 0,02 | 18,00 | 0,00 | 0,01 | |
| | | U Házi meggyes gyümölcskrém | 76,43 | 18,29 | 0,18 | 0,11 | 0,01 | 3,92 | 0,50 | 0,00 | |
| | | V Herba tea | 224,89 | 53,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,39 | 13,39 | 0,00 | |
| | | Óvári sertéskaraj violife sajttal | 610,40 | 146,03 | 13,70 | 9,26 | 2,08 | 1,81 | 0,00 | 0,82 | |
| | | Párolt rizs | 1 079,15 | 258,17 | 4,80 | 5,75 | 0,67 | 46,50 | 0,00 | 0,30 | |
| | | Összesen: | 6 095,78 | 1 458,31 | 51,55 | 45,91 | 10,29 | 203,79 | 48,64 | 3,86 | |

Heti étlap 2022.07.18. - 2022.07.24.

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|--|--|--|------------|---------|---|------------|---------|---|------------|---------|---|------------|---------|--|---------|--------|
|  eatrend Tízórai | (00957) Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6 | Herba tea, Sonkakrém Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru, Paprika | | | Rizstej, Csoki puding, Gluténmentes pékáru | | | Herba tea, Petrezselymes sonkakrém, Gluténmentes pékáru, Paradicsom | | | Karamellás rizstej, Liga margarin, Gluténmentes pékáru | | | Herba tea, Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Paradicsom | | |
| | | Energia: 238.80 Kcal / 998.18 KJ | | | Energia: 403.32 Kcal / 1,685.88 KJ | | | Energia: 303.06 Kcal / 1,266.79 KJ | | | Energia: 332.79 Kcal / 1,391.06 KJ | | | Energia: 272.01 Kcal / 1,137.00 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 6.01 g | 3.98 g | 1.06 g | 3.86 g | 4.71 g | 0.68 g | 5.16 g | 11.34 g | 3.05 g | 3.70 g | 9.28 g | 2.26 g | 3.86 g | 8.39 g | 2.11 g |
| Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | | |
| 41.52 g | 13.79 g | 0.85 g | 81.71 g | 27.61 g | 0.50 g | 41.77 g | 13.79 g | 0.84 g | 54.85 g | 22.49 g | 0.59 g | 42.03 g | 13.79 g | 0.60 g | | |
| Ebéd | (00957) Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6 | Brokkoli krém lev., Kölesgolyó, Olaszos Rakott tészta | | | Körtekrémleves, Rántott sertésszelet, Párolt rizs, Káposztasaláta | | | Gulyásleves, GM pékáru, ebédhez, Kölesfelfújt meggyel | | | Kerti zöldségleves, Paprikás burgonya virslivel, Csemege uborka | | | Rántottleves, Kölesgolyó, Vagdalt, Zöldbabfőzelék, GM pékáru, ebédhez | | |
| | | Energia: 492.03 Kcal / 2,056.69 KJ | | | Energia: 479.56 Kcal / 2,004.56 KJ | | | Energia: 493.35 Kcal / 2,062.20 KJ | | | Energia: 338.01 Kcal / 1,412.88 KJ | | | Energia: 416.43 Kcal / 1,740.68 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 15.94 g | 20.33 g | 5.60 g | 18.10 g | 12.31 g | 2.52 g | 12.14 g | 6.65 g | 1.50 g | 11.13 g | 16.37 g | 4.31 g | 15.07 g | 15.98 g | 2.38 g |
| Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | | |
| 60.86 g | 2.91 g | 2.28 g | 73.30 g | 8.89 g | 2.74 g | 96.52 g | 24.28 g | 1.33 g | 35.54 g | 0.00 g | 4.05 g | 53.56 g | 1.56 g | 2.08 g | | |
| Uzsonna | (00957) Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6 | Sertés párizsi, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Alma | | | Zöldfűszeres margarinkrém, Gluténmentes pékáru | | | Álom sonka, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Őszibarack | | | Zala felvágott, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Uborka | | | Vaníliás tápióka puding, Gluténmentes pékáru | | |
| | | Energia: 283.51 Kcal / 1,185.07 KJ | | | Energia: 232.11 Kcal / 970.22 KJ | | | Energia: 268.69 Kcal / 1,123.12 KJ | | | Energia: 252.66 Kcal / 1,056.12 KJ | | | Energia: 163.02 Kcal / 681.42 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 6.40 g | 12.00 g | 3.48 g | 3.69 g | 10.46 g | 2.77 g | 7.69 g | 8.65 g | 2.29 g | 6.59 g | 11.21 g | 3.27 g | 3.65 g | 1.17 g | 0.22 g |
| Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | | |
| 33.88 g | 0.40 g | 1.06 g | 27.61 g | 0.40 g | 0.63 g | 36.48 g | 0.40 g | 1.03 g | 28.11 g | 0.40 g | 1.00 g | 31.27 g | 2.20 g | 0.49 g | | |

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 | 4-hal | 7-tejterm | 10-mustár | 13-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szszám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfid | 15-meszes édesítőszer | |


ő étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

Tételes étlap 2022.07.18 - 2022.07.24

| Diéta | Étlap tétel | Energia (KJ) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsír-sav (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | | | |
|-----------------------------|--|-----------------------------|--|-------------------------|----------|----------------|----------------|-----------|--------|------------|---------|------|--|
| 7/18/2022 | Laktóz (00957) Tej, tojás, glutén, citrusOM 4-6 | T Herba tea | 224,89 | 53,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,39 | 13,39 | 0,00 | | | |
| | | Sonkakrém Liga margarinnal | 146,63 | 35,08 | 2,13 | 2,92 | 0,86 | 0,03 | 0,00 | 0,36 | | | |
| | | Gluténmentes pékáru | 610,28 | 146,00 | 3,64 | 1,00 | 0,20 | 27,50 | 0,40 | 0,49 | | | |
| | | Paprika | 16,38 | 3,92 | 0,24 | 0,06 | 0,00 | 0,60 | 0,00 | 0,00 | | | |
| | | E Brokkoli krém lev. | 257,98 | 61,72 | 1,91 | 2,52 | 0,30 | 7,76 | 0,02 | 0,75 | | | |
| | | Kölesgolyó | 88,86 | 21,26 | 0,78 | 0,20 | 0,04 | 4,80 | 0,04 | 0,00 | | | |
| | | Olaszos Rakott tészta | 1 709,83 | 409,05 | 13,25 | 17,61 | 5,26 | 48,30 | 2,85 | 1,53 | | | |
| | | U Sertés párizsi | 178,25 | 42,65 | 2,38 | 3,64 | 1,38 | 0,04 | 0,00 | 0,46 | | | |
| | | Liga margarin | 265,61 | 63,55 | 0,02 | 7,00 | 1,90 | 0,04 | 0,00 | 0,10 | | | |
| | | Gluténmentes pékáru | 610,28 | 146,00 | 3,64 | 1,00 | 0,20 | 27,50 | 0,40 | 0,49 | | | |
| | | Alma | 130,87 | 31,31 | 0,36 | 0,36 | 0,00 | 6,30 | 0,00 | 0,01 | | | |
| | | Összesen: | 4 239,86 | 1 014,34 | 28,35 | 36,31 | 10,14 | 136,26 | 17,10 | 4,19 | | | |
| 7/19/2022 | Laktóz (00957) Tej, tojás, glutén, citrusOM 4-6 | T Rizstej | 351,04 | 83,98 | 0,06 | 1,92 | 0,23 | 15,86 | 8,03 | 0,00 | | | |
| | | Csoki puding | 724,56 | 173,34 | 0,16 | 1,79 | 0,25 | 38,35 | 19,18 | 0,01 | | | |
| | | Gluténmentes pékáru | 610,28 | 146,00 | 3,64 | 1,00 | 0,20 | 27,50 | 0,40 | 0,49 | | | |
| | | E Körtekrémleves | 210,21 | 50,29 | 0,19 | 0,15 | 0,01 | 11,97 | 6,50 | 0,25 | | | |
| | | Rántott sertésszelet | 509,21 | 121,82 | 12,09 | 5,21 | 1,71 | 6,43 | 0,00 | 0,65 | | | |
| | | Párolt rizs | 1 190,74 | 284,87 | 5,18 | 6,88 | 0,80 | 50,22 | 0,00 | 1,43 | | | |
| | | Káposztasaláta | 94,40 | 22,58 | 0,65 | 0,08 | 0,01 | 4,69 | 2,40 | 0,41 | | | |
| | | U Zöldfűszeres margarinkrém | 360,06 | 86,11 | 0,05 | 9,46 | 2,57 | 0,11 | 0,00 | 0,14 | | | |
| | | Gluténmentes pékáru | 610,28 | 146,00 | 3,64 | 1,00 | 0,20 | 27,50 | 0,40 | 0,49 | | | |
| | | Összesen: | 4 660,78 | 1 114,99 | 25,66 | 27,49 | 5,98 | 182,63 | 36,91 | 3,87 | | | |
| | | 7/20/2022 | Laktóz (00957) Tej, tojás, glutén, citrusOM 4-6 | T Herba tea | 224,89 | 53,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,39 | 13,39 | 0,00 | |
| | | | | Petrezselymes sonkakrém | 413,32 | 98,88 | 1,32 | 10,30 | 2,84 | 0,08 | 0,00 | 0,34 | |
| Gluténmentes pékáru | 610,28 | | | 146,00 | 3,64 | 1,00 | 0,20 | 27,50 | 0,40 | 0,49 | | | |
| Paradicsom | 18,31 | | | 4,38 | 0,20 | 0,04 | 0,01 | 0,80 | 0,00 | 0,01 | | | |
| E Gulyásleves | 448,55 | | | 107,31 | 6,68 | 4,54 | 1,00 | 9,61 | 0,00 | 0,12 | 9 | | |
| GM pékáru, ebédhez | 432,30 | | | 103,42 | 0,60 | 0,15 | 0,02 | 24,51 | 1,50 | 0,02 | | | |
| Kölesfelfújt meggyel | 1 204,81 | | | 282,62 | 4,86 | 1,96 | 0,48 | 62,40 | 22,78 | 1,19 | 15,(12) | | |
| U Álom sonka | 92,40 | | | 22,11 | 3,40 | 0,56 | 0,19 | 0,84 | 0,00 | 0,43 | | | |
| Liga margarin | 265,61 | | | 63,55 | 0,02 | 7,00 | 1,90 | 0,04 | 0,00 | 0,10 | | | |
| Gluténmentes pékáru | 610,28 | | | 146,00 | 3,64 | 1,00 | 0,20 | 27,50 | 0,40 | 0,49 | | | |
| Őszibarack | 154,79 | | | 37,03 | 0,63 | 0,09 | 0,00 | 8,10 | 0,00 | 0,01 | | | |
| Összesen: | 4 475,54 | | | 1 065,10 | 24,99 | 26,64 | 6,84 | 174,77 | 38,47 | 3,20 | | | |
| 7/21/2022 | Laktóz (00957) Tej, tojás, glutén, citrusOM 4-6 | T Karamellás rizstej | 515,15 | 123,24 | 0,04 | 1,28 | 0,16 | 27,31 | 22,09 | 0,00 | | | |
| | | Liga margarin | 265,61 | 63,55 | 0,02 | 7,00 | 1,90 | 0,04 | 0,00 | 0,10 | | | |
| | | Gluténmentes pékáru | 610,28 | 146,00 | 3,64 | 1,00 | 0,20 | 27,50 | 0,40 | 0,49 | | | |
| | | E Kerti zöldségleves | 139,35 | 33,31 | 1,16 | 1,55 | 0,18 | 3,59 | 0,00 | 0,57 | 9 | | |
| | | Paprikás burgonya virslivel | 1 244,86 | 297,81 | 9,67 | 14,77 | 4,13 | 30,65 | 0,00 | 2,28 | | | |
| | | Csemege uborka | 28,77 | 6,89 | 0,30 | 0,05 | 0,00 | 1,30 | 0,00 | 1,20 | 15,(12) | | |
| | | U Zala felvágott | 170,39 | 40,76 | 2,73 | 3,19 | 1,17 | 0,23 | 0,00 | 0,40 | | | |
| | | Liga margarin | 265,61 | 63,55 | 0,02 | 7,00 | 1,90 | 0,04 | 0,00 | 0,10 | | | |
| | | Gluténmentes pékáru | 610,28 | 146,00 | 3,64 | 1,00 | 0,20 | 27,50 | 0,40 | 0,49 | | | |
| | | Uborka | 9,83 | 2,35 | 0,20 | 0,02 | 0,00 | 0,34 | 0,00 | 0,01 | | | |
| | | Összesen: | 3 860,13 | 923,46 | 21,42 | 36,86 | 9,84 | 118,50 | 22,89 | 5,64 | | | |
| | | 7/22/2022 | Laktóz (00957) Tej, tojás, glutén, citrusOM 4-6 | T Herba tea | 224,89 | 53,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,39 | 13,39 | 0,00 | |
| Violife növényi sajt szelet | 17,87 | | | 4,28 | 0,00 | 0,35 | 0,00 | 0,30 | 0,00 | 0,00 | | | |
| Liga margarin | 265,61 | | | 63,55 | 0,02 | 7,00 | 1,90 | 0,04 | 0,00 | 0,10 | | | |
| Gluténmentes pékáru | 610,28 | | | 146,00 | 3,64 | 1,00 | 0,20 | 27,50 | 0,40 | 0,49 | | | |
| Paradicsom | 18,31 | | | 4,38 | 0,20 | 0,04 | 0,01 | 0,80 | 0,00 | 0,01 | | | |
| E Rántottleves | 221,92 | | | 53,09 | 0,58 | 3,90 | 0,44 | 3,88 | 0,00 | 0,50 | | | |
| Kölesgolyó | 148,10 | | | 35,43 | 1,30 | 0,34 | 0,07 | 8,00 | 0,06 | 0,00 | | | |
| Vagdalt | 367,24 | | | 87,86 | 9,14 | 5,35 | 1,16 | 0,78 | 0,00 | 0,94 | | | |
| Zöldbabfőzelék | 571,10 | | | 136,63 | 3,45 | 6,24 | 0,69 | 16,39 | 0,00 | 0,62 | | | |
| GM pékáru, ebédhez | 432,30 | | | 103,42 | 0,60 | 0,15 | 0,02 | 24,51 | 1,50 | 0,02 | | | |
| U Vanília tápióka puding | 71,14 | | | 17,02 | 0,01 | 0,17 | 0,02 | 3,77 | 1,80 | 0,00 | | | |
| Gluténmentes pékáru | 610,28 | | | 146,00 | 3,64 | 1,00 | 0,20 | 27,50 | 0,40 | 0,49 | | | |
| Összesen: | 3 559,04 | 851,46 | 22,58 | 25,54 | 4,71 | 126,86 | 17,55 | 3,17 | | | | | |

Heti étlap 2022.07.18. -2022.07.24.

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|---|--------------------|---|---------|----------|---|---------|----------|--|---------|----------|--|---------|----------|---|--------|----------|
|  Tízórai | (01185) PKU | Kenyér, PKU, Herba tea, Növényi szendvicsskrém, Paprika | | | Kenyér, PKU, Rizstej, Magyorkrém | | | Kenyér, PKU, Herba tea, Margarinkrém petrezselymes, Paradicsom | | | Kenyér, PKU, Karamellás rizstej, Liga margarin | | | Kenyér, PKU, Herba tea, Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Paradicsom | | |
| | | Energia: 215.54 Kcal / 900.96 KJ | | | Energia: 299.69 Kcal / 1,252.70 KJ | | | Energia: 256.16 Kcal / 1,070.75 KJ | | | Energia: 306.31 Kcal / 1,280.38 KJ | | | Energia: 235.02 Kcal / 982.38 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 1.15 g | 6.86 g | 4.31 g | 2.05 g | 10.11 g | 0.48 g | 0.92 g | 11.84 g | 2.78 g | 0.77 g | 10.91 g | 2.25 g | 0.91 g | 9.39 g | 2.02 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 36.99 g | 14.55 g | 0.81 g | 48.88 g | 18.75 g | 0.49 g | 35.95 g | 14.55 g | 0.63 g | 50.01 g | 21.64 g | 0.59 g | 36.23 g | 14.55 g | 0.59 g | | |
| 1,(7) | | 1,5,6,7,8 | | | 1,(7) | | 1,(7) | | | 1,(7) | | | 1,(7) | | | |
| Ebéd | (01185) PKU | Brokkoli krém lev., Olaszos Rakott tészta | | | Körtekrémleves, Rántott növényi sajt, Főtt burgonya, Káposztasaláta | | | Kenyér, PKU, Hamis gulyásleves, Morzsás tészta PKU, Porcukor | | | Kerti zöldségleves, Paprikás burgonya PKUvirslivel, Csemege uborka | | | Kenyér, PKU, Zöldbabfőzelék, PKU Burger Mix | | |
| | | Energia: 305.25 Kcal / 1,275.95 KJ | | | Energia: 300.83 Kcal / 1,257.47 KJ | | | Energia: 490.13 Kcal / 2,048.74 KJ | | | Energia: 236.14 Kcal / 987.07 KJ | | | Energia: 216.85 Kcal / 906.43 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 5.34 g | 6.67 g | 0.63 g | 5.92 g | 1.42 g | 0.17 g | 2.61 g | 9.44 g | 1.52 g | 5.46 g | 7.79 g | 0.81 g | 3.87 g | 8.13 g | 1.56 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 55.02 g | 2.85 g | 2.19 g | 64.89 g | 10.50 g | 1.01 g | 97.76 g | 11.92 g | 0.61 g | 35.08 g | 0.01 g | 2.79 g | 30.81 g | 0.58 g | 0.76 g | | |
| 1 | | 1,3,9,(7) | | | 9,15,(12) | | 1,7 | | | | | | | | | |
| Uzsonna | (01185) PKU | Kenyér, PKU, Vaníliás puding vízzel, Alma | | | Kenyér, PKU, Zöldfűszeres margarinkrém | | | Kenyér, PKU, Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Őszibarack | | | Kenyér, PKU, Növényi szendvicsskrém, Uborka | | | Kenyér, PKU, Vaníliás tápióka puding | | |
| | | Energia: 254.51 Kcal / 1,063.85 KJ | | | Energia: 195.13 Kcal / 815.64 KJ | | | Energia: 201.53 Kcal / 842.40 KJ | | | Energia: 160.17 Kcal / 669.51 KJ | | | Energia: 126.04 Kcal / 526.85 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 1.40 g | 2.67 g | 0.15 g | 0.74 g | 11.46 g | 2.68 g | 1.13 g | 9.41 g | 2.01 g | 1.11 g | 6.82 g | 4.31 g | 0.70 g | 2.17 g | 0.13 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 55.14 g | 11.95 g | 0.51 g | 21.81 g | 1.16 g | 0.63 g | 27.44 g | 1.16 g | 0.60 g | 23.34 g | 1.16 g | 0.82 g | 25.47 g | 2.96 g | 0.49 g | | |
| 1,(7) | | 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 | 4-hal | 7-tejterm | 10-mustár | 13-csillagfűrt |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélél | 11-szezám | 14-puhatestűek |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer |


Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető

Tételes étlap 2022.07.18 - 2022.07.24

| Diéta | Étlap tétel | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsírsv (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | | |
|---------------|----------------|--------------|--------------------------------|-------------|----------|--------------|----------------|-----------|--------|------------|------------|---------|
| 7/18/2022 | Laktóz (01186) | PKU 4-6 | T Kenyér, PKU | 455,70 | 109,02 | 0,69 | 2,00 | 0,11 | 21,70 | 1,16 | 0,49 1,(7) | |
| | | | Herba tea | 224,89 | 53,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,39 | 13,39 | 0,00 | |
| | | | Növényi szendvicskrém | 203,98 | 48,80 | 0,22 | 4,80 | 4,20 | 1,30 | 0,00 | 0,32 | |
| | | | Paprika | 16,38 | 3,92 | 0,24 | 0,06 | 0,00 | 0,60 | 0,00 | 0,00 | |
| | | | E Brokkoli krém lev. | 251,52 | 60,17 | 2,07 | 2,69 | 0,23 | 6,89 | 0,00 | 0,75 | 1 |
| | | | Olaszos Rakott tészta | 1 024,43 | 245,08 | 3,27 | 3,98 | 0,40 | 48,13 | 2,85 | 1,44 | |
| | | | U Kenyér, PKU | 455,70 | 109,02 | 0,69 | 2,00 | 0,11 | 21,70 | 1,16 | 0,49 | 1,(7) |
| | | | Vaníliás puding vízzel | 390,05 | 93,31 | 0,11 | 0,07 | 0,04 | 22,94 | 10,79 | 0,00 | |
| | | | Alma | 218,12 | 52,18 | 0,60 | 0,60 | 0,00 | 10,50 | 0,00 | 0,02 | |
| | | | Összesen: | 3 240,77 | 775,30 | 7,89 | 16,20 | 5,09 | 147,15 | 29,35 | 3,51 | |
| 7/19/2022 | Laktóz (01186) | PKU 4-6 | T Kenyér, PKU | 455,70 | 109,02 | 0,69 | 2,00 | 0,11 | 21,70 | 1,16 | 0,49 1,(7) | |
| | | | Rizstej | 349,30 | 83,56 | 0,06 | 1,91 | 0,24 | 15,78 | 7,99 | 0,00 | |
| | | | Mogyorókrém | 447,72 | 107,11 | 1,30 | 6,20 | 0,13 | 11,40 | 9,60 | 0,00 | 5,6,7,8 |
| | | | E Körtekrémleves | 282,71 | 67,64 | 0,23 | 0,18 | 0,02 | 16,19 | 6,50 | 0,25 | |
| | | | Rántott növényi sajt | 147,94 | 35,39 | 0,54 | 0,80 | 0,09 | 6,41 | 0,00 | 0,04 | |
| | | | Főtt burgonya | 705,50 | 168,78 | 4,50 | 0,36 | 0,05 | 36,00 | 0,00 | 0,31 | |
| | | | Káposztasaláta | 121,32 | 29,02 | 0,65 | 0,08 | 0,01 | 6,29 | 4,00 | 0,41 | |
| | | | U Kenyér, PKU | 455,70 | 109,02 | 0,69 | 2,00 | 0,11 | 21,70 | 1,16 | 0,49 | 1,(7) |
| | | | Zöldfűszeres margarinkrém | 360,06 | 86,11 | 0,05 | 9,46 | 2,57 | 0,11 | 0,00 | 0,14 | |
| | | | Összesen: | 3 325,95 | 795,65 | 8,71 | 22,99 | 3,33 | 135,58 | 30,41 | 2,13 | |
| 7/20/2022 | Laktóz (01186) | PKU 4-6 | T Kenyér, PKU | 455,70 | 109,02 | 0,69 | 2,00 | 0,11 | 21,70 | 1,16 | 0,49 1,(7) | |
| | | | Herba tea | 224,89 | 53,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,39 | 13,39 | 0,00 | |
| | | | Margarinkrém petrezselymes | 372,10 | 88,96 | 0,03 | 9,80 | 2,66 | 0,06 | 0,00 | 0,14 | |
| | | | Paradicsom | 18,31 | 4,38 | 0,20 | 0,04 | 0,01 | 0,80 | 0,00 | 0,00 | |
| | | | E Kenyér, PKU | 227,85 | 54,51 | 0,35 | 1,00 | 0,06 | 10,85 | 0,58 | 0,25 | 1,(7) |
| | | | Hamis gulyásleves | 331,14 | 79,22 | 1,80 | 2,60 | 0,29 | 11,83 | 0,01 | 0,10 | 9 |
| | | | Morzás tészta PKU | 1 321,92 | 316,25 | 0,46 | 5,84 | 1,17 | 65,09 | 1,34 | 0,26 | 3 |
| | | | Porcukor | 167,83 | 40,15 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 9,99 | 9,99 | 0,00 | |
| | | | U Kenyér, PKU | 455,70 | 109,02 | 0,69 | 2,00 | 0,11 | 21,70 | 1,16 | 0,49 | 1,(7) |
| | | | Violife növényi sajt szelet | 17,87 | 4,28 | 0,00 | 0,35 | 0,00 | 0,30 | 0,00 | 0,00 | |
| Liga margarin | 265,61 | 63,54 | 0,02 | 7,00 | 1,90 | 0,04 | 0,00 | 0,10 | | | | |
| Őszibarack | 103,20 | 24,69 | 0,42 | 0,06 | 0,00 | 5,40 | 0,00 | 0,01 | | | | |
| Összesen: | 3 962,12 | 947,82 | 4,66 | 30,69 | 6,31 | 161,15 | 27,63 | 1,84 | | | | |
| 7/21/2022 | Laktóz (01186) | PKU 4-6 | T Kenyér, PKU | 455,70 | 109,02 | 0,69 | 2,00 | 0,11 | 21,70 | 1,16 | 0,49 1,(7) | |
| | | | Karamellás rizstej | 559,09 | 133,75 | 0,06 | 1,91 | 0,24 | 28,27 | 20,48 | 0,00 | |
| | | | Liga margarin | 265,61 | 63,54 | 0,02 | 7,00 | 1,90 | 0,04 | 0,00 | 0,10 | |
| | | | E Kerti zöldségleves | 132,01 | 31,55 | 1,02 | 1,56 | 0,18 | 3,32 | 0,01 | 0,55 | 9 |
| | | | Paprikás burgonya PKUvirslivel | 832,18 | 199,08 | 4,20 | 6,19 | 0,63 | 30,72 | 0,00 | 1,28 | |
| | | | Csemege uborka | 23,02 | 5,51 | 0,24 | 0,04 | 0,00 | 1,04 | 0,00 | 0,96 | 15,(12) |
| | | | U Kenyér, PKU | 455,70 | 109,02 | 0,69 | 2,00 | 0,11 | 21,70 | 1,16 | 0,49 | 1,(7) |
| | | | Növényi szendvicskrém | 203,98 | 48,80 | 0,22 | 4,80 | 4,20 | 1,30 | 0,00 | 0,32 | |
| | | | Uborka | 9,83 | 2,35 | 0,20 | 0,02 | 0,00 | 0,34 | 0,00 | 0,01 | |
| | | | Összesen: | 2 937,12 | 702,62 | 7,34 | 25,52 | 7,37 | 108,43 | 22,81 | 4,20 | |
| 7/22/2022 | Laktóz (01186) | PKU 4-6 | T Kenyér, PKU | 455,70 | 109,02 | 0,69 | 2,00 | 0,11 | 21,70 | 1,16 | 0,49 1,(7) | |
| | | | Herba tea | 224,89 | 53,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,39 | 13,39 | 0,00 | |
| | | | Violife növényi sajt szelet | 17,87 | 4,28 | 0,00 | 0,35 | 0,00 | 0,30 | 0,00 | 0,00 | |
| | | | Liga margarin | 265,61 | 63,54 | 0,02 | 7,00 | 1,90 | 0,04 | 0,00 | 0,10 | |
| | | | Paradicsom | 18,31 | 4,38 | 0,20 | 0,04 | 0,01 | 0,80 | 0,00 | 0,00 | |
| | | | E Kenyér, PKU | 227,85 | 54,51 | 0,35 | 1,00 | 0,06 | 10,85 | 0,58 | 0,25 | 1,(7) |
| | | | Zöldbabfőzelék | 523,87 | 125,33 | 3,43 | 6,67 | 1,50 | 12,66 | 0,00 | 0,51 | 1,7 |
| | | | PKU Burger Mix | 154,70 | 37,01 | 0,09 | 0,46 | 0,00 | 7,30 | 0,00 | 0,00 | |
| | | | U Kenyér, PKU | 455,70 | 109,02 | 0,69 | 2,00 | 0,11 | 21,70 | 1,16 | 0,49 | 1,(7) |
| | | | Vaníliás tápióka puding | 71,14 | 17,02 | 0,01 | 0,17 | 0,02 | 3,77 | 1,80 | 0,00 | |
| Összesen: | 2 415,64 | 577,91 | 5,48 | 19,69 | 3,71 | 92,51 | 18,09 | 1,84 | | | | |

Heti étlap 2022.07.18.-2022.07.24.

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|--|--|---|---------|----------|---|---------|----------|---|-----------|----------|---|---------|----------|---|---------|----------|
|  Tízórai | (00143) Tej, natív cukormentés s 4-6 | Herba tea, Sonkakrém Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB, Paprika | | | Herba tea, Csoki puding TUTTI tejmentes, Diétás pékáru BL DIAB | | | Herba tea, Petrezselymes sonkakrém, Diétás pékáru BL DIAB, Paradicsom | | | Herba tea, Csirkemell sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB | | | Herba tea, Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, Paradicsom | | |
| | | Energia: 156.33 Kcal / 653.46 KJ | | | Energia: 70.25 Kcal / 293.65 KJ | | | Energia: 284.85 Kcal / 1,190.67 KJ | | | Energia: 249.63 Kcal / 1,043.45 KJ | | | Energia: 215.16 Kcal / 899.37 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 7.69 g | 6.35 g | 1.74 g | 1.11 g | 0.20 g | 0.04 g | 6.00 g | 21.06 g | 5.71 g | 9.80 g | 15.51 g | 4.19 g | 3.10 g | 15.12 g | 3.84 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 16.34 g | 0.04 g | 1.03 g | 15.36 g | 0.04 g | 0.11 g | 16.83 g | 0.04 g | 0.99 g | 16.84 g | 0.04 g | 1.36 g | 15.86 g | 0.04 g | 0.49 g | | |
| 1,15 | | | 1,15 | | | 1,15 | | | 1,15 | | | 1,15 | | | | |
| Ebéd | (00143) Tej, natív cukormentés es 4-6 | Brokkoli krém lev., Kölesgolyó, Olaszos Rakott tészta | | | Körtekrémleves, Rántott sertésszelet, Párolt rizs, Káposztasaláta édesítőszerrel | | | Gulyásleves, Kölesfelfújt, Őszibarack | | | Kerti zöldségleves, Paprikás burgonya virslivel, Csemege uborka | | | Tojásleves, Vagdalt, Zöldbabfőzelék, Diétás pékáru BL DIAB | | |
| | | Energia: 277.28 Kcal / 1,159.03 KJ | | | Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ | | | Energia: 257.78 Kcal / 1,077.52 KJ | | | Energia: 401.87 Kcal / 1,679.82 KJ | | | Energia: 332.01 Kcal / 1,387.80 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 11.30 g | 10.62 g | 2.59 g | 15.56 g | 7.54 g | 1.98 g | 10.71 g | 7.03 g | 1.26 g | 11.20 g | 23.75 g | 4.28 g | 17.55 g | 12.70 g | 2.09 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 35.07 g | 0.06 g | 1.42 g | 34.37 g | 0.30 g | 2.32 g | 36.86 g | 1.15 g | 0.27 g | 35.71 g | 0.04 g | 6.75 g | 36.55 g | 0.01 g | 2.83 g | | |
| 1,(3) | | | 15 | | | 3,9,15 | | | 9,15,(12) | | | 1,3,9 | | | | |
| Uzsonna | (00143) Tej, natív cukormentés s 4-6 | Sertés párizsi, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, Alma | | | Zöldfűszeres margarinkrém, Diétás pékáru BL DIAB | | | Álom sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB | | | Zala felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, Uborka | | | Vaníliás puding vízzel, Diétás pékáru BL DIAB | | |
| | | Energia: 290.60 Kcal / 1,214.71 KJ | | | Energia: 247.96 Kcal / 1,036.47 KJ | | | Energia: 247.04 Kcal / 1,032.63 KJ | | | Energia: 289.05 Kcal / 1,208.23 KJ | | | Energia: 67.67 Kcal / 282.86 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 6.42 g | 22.02 g | 6.56 g | 3.06 g | 19.30 g | 5.15 g | 9.80 g | 15.51 g | 4.19 g | 8.86 g | 20.81 g | 6.15 g | 1.11 g | 0.20 g | 0.04 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 15.82 g | 0.00 g | 1.24 g | 15.22 g | 0.00 g | 0.58 g | 16.76 g | 0.00 g | 1.36 g | 16.22 g | 0.00 g | 1.32 g | 15.29 g | 0.00 g | 0.11 g | | |
| 1 | | | 1 | | | 1 | | | 1 | | | 1.15 | | | | |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Allergén lista (kód-allergén)

| | | | | | |
|----------|----------------|-------------|----------------------|----------------------------|---------------|
| 1-glutén | 4-hal | 7-tejtermék | 10-mustár | 13-csillagfürt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szszám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer | |