


Heti étlap 2022.08.08. - 2022.08.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(00750) Kímélő étrend (TTOMRFSZ) 4- 6	Rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea, Tonhalkrém, Diétás pékáru BL, Salátalevél			Herba tea, Növényi sajt szórat, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Őszibarack			Herba tea, Sült hús krém, Diétás pékáru BL, Lilahagyma		
		Energia: 289.53 Kcal / 1,210.24 KJ			Energia: 315.70 Kcal / 1,319.63 KJ			Energia: 267.90 Kcal / 1,119.82 KJ			Energia: 314.22 Kcal / 1,313.44 KJ			Energia: 315.97 Kcal / 1,320.75 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.64 g	9.65 g	2.17 g	5.99 g	13.74 g	3.57 g	5.58 g	8.42 g	1.94 g	6.06 g	9.71 g	2.17 g	7.24 g	12.46 g	3.38 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
44.03 g	8.03 g	0.68 g	41.65 g	13.39 g	0.78 g	42.16 g	13.39 g	0.68 g	49.43 g	8.03 g	0.69 g	43.31 g	13.39 g	0.83 g		
1			1,4			1			1			1				
Ebéd	(00750) Kímélő étrend (TTOMRFSZ) 4- 6	Zöldségleves, Levesbetét, Paprikás burgonya virslivel, Céklasaláta			Rántottleves, Pirított kenyérkocka, Sült bécsi rudacska, Kelbimbóőzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			vegyes zöldségkrémleves, Pirított kenyérkocka, Sárgarépás rizses hús, Almakompót			Gulyásleves, MIMEN piskóta kocka, Vanília sodó			Növényi sajtkrémleves, Pirított kenyérkocka, Rakott brokkoli rizzsel		
		Energia: 398.02 Kcal / 1,663.72 KJ			Energia: 472.68 Kcal / 1,975.80 KJ			Energia: 439.32 Kcal / 1,836.36 KJ			Energia: 229.40 Kcal / 958.89 KJ			Energia: 349.67 Kcal / 1,461.62 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.08 g	19.66 g	4.75 g	16.67 g	23.92 g	5.98 g	19.15 g	14.11 g	2.58 g	4.84 g	13.69 g	1.41 g	18.41 g	12.08 g	4.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
43.31 g	3.50 g	4.10 g	46.92 g	1.53 g	2.40 g	64.71 g	1.34 g	1.56 g	21.57 g	3.27 g	0.10 g	41.54 g	0.53 g	2.52 g		
15,(12)			1			1			1			1				
Uzsonna	(00750) Kímélő étrend (TTOMRFSZ) 4- 6	Soproni felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Uborka			Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL, Paprika			Vaníliás puding rizstejjel, Diétás pékáru BL, Alma			Zala felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Sonkakrém Liga margarinnal, Diétás pékáru BL, Paprika		
		Energia: 274.86 Kcal / 1,148.91 KJ			Energia: 194.73 Kcal / 813.97 KJ			Energia: 179.73 Kcal / 751.27 KJ			Energia: 246.31 Kcal / 1,029.58 KJ			Energia: 188.76 Kcal / 789.02 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.52 g	13.91 g	4.23 g	6.02 g	5.59 g	4.24 g	5.82 g	1.15 g	0.06 g	8.31 g	10.92 g	3.11 g	7.51 g	4.57 g	1.08 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.57 g	0.00 g	1.53 g	30.03 g	0.00 g	0.90 g	36.04 g	1.80 g	0.59 g	28.40 g	0.00 g	1.08 g	29.17 g	0.00 g	0.85 g		
1			1			1			1			1				

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

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén
2-rák
3-tojás
4-hal
5-földimogyoró
6-szója

7-tejtermék,la
8-diófélék
9-zeller
10-mustár
11-szezám
12-kéndioxid-szulfid


13-csillagfürt
14-puhatestűek
15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető

Heti étlap 2022.08.08. - 2022.08.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	903 Tej,szója és olajosmag mentes 4-6 éves	Karamellás rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea, Tonhalkrém, Diétás pékáru BL, Paradicsom			Herba tea, Növényi sajt szórat, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Kakaó rizstejből, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Alma			Herba tea, Kolbászkrem házi TM, Diétás pékáru BL, Lilahagyma		
		Energia: 328.79 Kcal / 1,374.34 KJ			Energia: 319.67 Kcal / 1,336.22 KJ			Energia: 263.63 Kcal / 1,101.97 KJ			Energia: 367.35 Kcal / 1,535.52 KJ			Energia: 312.69 Kcal / 1,307.04 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.62 g	9.01 g	2.10 g	6.15 g	13.77 g	3.58 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g	6.07 g	10.10 g	2.31 g	6.71 g	12.30 g	3.20 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
55.48 g 22.09 g 0.68 g			42.40 g 13.39 g 0.78 g			41.86 g 13.39 g 0.68 g			61.72 g 21.42 g 0.69 g			43.41 g 13.39 g 0.85 g				
Ebéd	903 Tej,szója és olajosmag mentes 4-6 éves	1			1,4			1			1			1		
		Vajgaluska leves PKU, Paprikás burgonya virslivel, Csemege uborka			Tojásleves, Sült bécsi rudacska, Zöldborsó főzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			Paradicsom leves, Levesbetét, Tavaszi rizseshús, Vegyesvágott			Gulyásleves, Vanília sodó, MIMEN piskóta kocka			Növényi sajtkrémleves, Rakott brokkoli rizszel, Pirított kenyérkocka		
		Energia: 356.90 Kcal / 1,491.84 KJ			Energia: 534.49 Kcal / 2,234.17 KJ			Energia: 493.15 Kcal / 2,061.37 KJ			Energia: 229.40 Kcal / 958.89 KJ			Energia: 349.67 Kcal / 1,461.62 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
11.52 g	17.41 g	4.82 g	17.49 g	27.17 g	6.03 g	20.04 g	11.34 g	2.42 g	4.84 g	13.69 g	1.41 g	18.41 g	12.08 g	4.00 g		
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
37.54 g 0.01 g 4.33 g			55.37 g 7.80 g 3.17 g			75.32 g 22.38 g 2.61 g			21.57 g 3.27 g 0.10 g			41.54 g 0.53 g 2.52 g				
Uzsonna	903 Tej,szója és olajosmag mentes 4-6 éves	9,15,(12)			1,3			1,3,9,15,(12)			1			1		
		Soproni felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Uborka			Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL, Paprika			Vaníliás puding rizstejjel, Diétás pékáru BL, Sárgadinnye			Zala felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Sonkkrém Liga margarinna, Diétás pékáru BL, Paprika		
		Energia: 274.86 Kcal / 1,148.91 KJ			Energia: 194.73 Kcal / 813.97 KJ			Energia: 207.42 Kcal / 867.02 KJ			Energia: 246.31 Kcal / 1,029.58 KJ			Energia: 188.76 Kcal / 789.02 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
8.52 g	13.91 g	4.23 g	6.02 g	5.59 g	4.24 g	5.94 g	1.03 g	0.06 g	8.31 g	10.92 g	3.11 g	7.51 g	4.57 g	1.08 g		
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
28.57 g 0.00 g 1.53 g			30.03 g 0.00 g 0.90 g			43.24 g 1.80 g 0.60 g			28.40 g 0.00 g 1.08 g			29.17 g 0.00 g 0.85 g				

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-csillagfürt

16-édesgyökér

2-rák

5-földimogyoró

8-diófélék 11-szezám

14-puhatestűek

3-tojás


6-szója

9-zeller 12-kéndioxid-szulfid 15-mesterméreges édesítőszer

!ó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

Heti étlap 2022.08.08. - 2022.08.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(00906) Gluténmentes 4-6 éves	Karamellás tej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Mentás limonádé, Sonkakrém Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru, Paradicsom			Herba tea, Reszelt sajt, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Karamellás tej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Őszibarack			Limonádé, Kolbászkrém házi TM, Gluténmentes pékáru, Lilahagyma		
		Energia: 374.34 Kcal / 1,564.74 KJ			Energia: 222.82 Kcal / 931.39 KJ			Energia: 316.94 Kcal / 1,324.81 KJ			Energia: 399.03 Kcal / 1,667.95 KJ			Energia: 292.43 Kcal / 1,222.36 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	5.58 g	4.86 g	1.25 g	7.40 g	12.12 g	4.41 g	10.91 g	11.08 g	3.73 g	4.82 g	12.61 g	3.36 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	35.70 g	7.09 g	0.76 g	41.27 g	13.79 g	0.90 g	60.33 g	17.14 g	0.87 g	36.34 g	7.09 g	0.76 g		
7			7			7			7			7				
Ebéd	(00906) Gluténmentes 4-6 éves	Zöldségleves, Levesbetét, Paprikás burgonya virslivel, Csemege uborka			Rántottleves, Kölesgolyó, Sült bécsi rudacska, Zöldborsó főzelék, GM pékáru, ebédhez			Paradicsom leves, Levesbetét, Tavaszi rizseshús, Vegyesvágott			Gulyásleves, MIMEN piskóta kocka, Vanília sodó, gluténmentes			Sajtkrémleves, Kölesgolyó, Rakott brokkoli rizzsel		
		Energia: 385.06 Kcal / 1,609.55 KJ			Energia: 542.31 Kcal / 2,266.86 KJ			Energia: 522.13 Kcal / 2,182.50 KJ			Energia: 285.90 Kcal / 1,195.06 KJ			Energia: 365.97 Kcal / 1,529.75 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.20 g	19.75 g	4.70 g	18.51 g	24.25 g	6.16 g	19.29 g	14.10 g	2.56 g	8.84 g	16.72 g	2.21 g	14.96 g	16.44 g	5.11 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
39.95 g	0.33 g	4.28 g	63.08 g	7.83 g	2.72 g	77.15 g	22.68 g	2.65 g	24.79 g	1.89 g	0.23 g	40.20 g	0.07 g	1.93 g		
9,15,(12)			7			9,15,(12)			7,9			7,9				
Uzsonna	(00906) Gluténmentes 4-6 éves	Soproni felvágott, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Uborka			Magyaros vajkrém, Gluténmentes pékáru, Paprika			Vaníliás puding rizstejjel, Gluténmentes pékáru, Sárgadinnye			Zala felvágott, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Natúr sajtkrém, Gluténmentes pékáru, Paprika		
		Energia: 278.85 Kcal / 1,165.59 KJ			Energia: 225.88 Kcal / 944.18 KJ			Energia: 213.38 Kcal / 891.93 KJ			Energia: 250.30 Kcal / 1,046.25 KJ			Energia: 225.58 Kcal / 942.92 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.60 g	14.18 g	4.39 g	4.38 g	9.06 g	4.07 g	4.02 g	1.32 g	0.23 g	6.39 g	11.19 g	3.27 g	4.98 g	8.76 g	4.78 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
27.94 g	0.40 g	1.44 g	28.50 g	0.40 g	0.49 g	43.05 g	2.41 g	0.51 g	27.77 g	0.40 g	0.99 g	28.50 g	0.40 g	0.73 g		
7			7			7			7			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
 2-rák 5-földimogyoró
 3-tojás 6-szója

7-tejtermék, 10-mustár 13-csillagfűrt 16-édesgyökér
 8-diófélék 11-szszám 14-puhatestűek
 9-zeller 12-kéndioxid-szulfid 15-mesterséges édesítőszer


Jó étvágyat kívánunk!

.....
Elelmezésvezető

Tételes étlap 2022.08.08 - 2022.08.14

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének						
8/8/2022	Laktóz (00906)	Gluténmentes 4-6 éves	T	Karamellás tej	688,87	164,80	6,83	3,02	1,63	27,39	16,74	0,27	7			
				Liga margarin	265,61	63,54	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	Zöldségleves	260,67	60,85	1,05	4,82	0,56	3,64	0,03	1,03	9			
				Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01				
				Paprikás burgonya virslivel	1 244,86	297,81	9,67	14,77	4,13	30,65	0,00	2,28				
				Csemege uborka	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96	15,(12)			
			U	Soproni 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				
				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:	4 346,22	1 038,25	28,29	44,95	12,82	122,82	17,87	6,58				
			8/9/2022	Laktóz (00906)	Gluténmentes 4-6 éves	T	Mentás limonádé	123,78	29,61	0,03	0,04	0,00	6,96	6,69	0,00	
	Sonkakrém Liga margarinnal	179,01				42,83	1,71	3,78	1,04	0,44	0,00	0,27				
	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	0,00				
E	Rántottleves	221,92				53,09	0,58	3,90	0,44	3,88	0,00	0,50				
	Kölesgolyó	88,86				21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,04	0,00				
	Sült bécsi rudacska	616,70				147,54	7,50	12,93	4,70	0,12	0,00	1,50				
	Zöldborsó főzelék	923,05				217,00	9,05	7,07	0,96	29,77	6,29	0,70	7			
	GM pékáru, ebédhez	432,30				103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02				
U	Magyaros vajkrém	317,52				75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	0,00	0,00	7			
	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				
	Összesen:	4 158,39				991,01	28,47	38,17	11,48	127,28	15,32	3,97				
8/10/2022	Laktóz (00906)	Gluténmentes 4-6 éves	T	Herba tea	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00				
				Reszelt sajt	224,03	53,60	3,74	4,12	2,31	0,34	0,00	0,31	7			
				Liga margarin	265,61	63,54	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	Paradicsom leves	663,61	158,76	1,69	3,79	0,27	29,41	19,98	1,85	9			
				Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01				
				Tavaszi rizseshús	1 342,32	319,40	16,82	10,12	2,27	38,16	0,00	0,27				
				Vegyesvágott	96,46	23,08	0,54	0,07	0,01	4,96	2,40	0,52	15,(12)			
			U	Vaníliás puding rizstejjel	78,66	18,82	0,02	0,20	0,03	4,15	2,01	0,00				
				Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49				
				Sárgadinnye	202,97	48,56	0,36	0,12	0,00	11,40	0,00	0,02				
				Összesen:	4 406,41	1 052,45	30,71	27,54	7,20	161,47	38,88	4,06				
			8/11/2022	Laktóz (00906)	Gluténmentes 4-6 éves	T	Karamellás tej	688,87	164,80	6,83	3,02	1,63	27,39	16,74	0,27	7
	Liga margarin	265,61				63,54	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	103,20				24,69	0,42	0,06	0,00	5,40	0,00	0,01				
E	Gulyásleves	448,55				107,31	6,68	4,54	1,00	9,61	0,00	0,12	9			
	MIMEN piskóta kocka	569,73				136,30	0,50	11,53	0,86	7,78	0,00	0,06				
	Vanília sodó, gluténmentes	176,77				42,29	1,66	0,65	0,35	7,40	1,89	0,05	7			
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				
	Gluténmentes pékáru	610,28				146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49				
	Összesen:	3 909,29				935,23	26,14	38,99	9,21	112,89	19,43	2,09				
8/12/2022	Laktóz (00906)	Gluténmentes 4-6 éves				T	Limonádé	123,54	29,55	0,03	0,04	0,00	6,95	6,69	0,00	
							Kolbászkrém házi TM	455,45	108,96	0,91	11,55	3,16	0,23	0,00	0,27	
				Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49				
				Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00				
			E	Sajtkrémleves	343,83	81,95	3,83	3,11	1,75	9,74	0,03	0,73	7,9			
				Kölesgolyó	88,86	21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,04	0,00				
				Rakott brokkoli rizzsel	1 098,36	262,76	10,35	13,13	3,32	25,66	0,00	1,20				
			U	Natúr sajtkrém	316,26	75,66	1,10	7,70	4,58	0,40	0,00	0,24	7			
				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				
				Összesen:	3 696,33	883,98	24,76	37,81	13,25	105,04	7,56	3,42				

Heti étlap 2022.08.08. - 2022.08.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	911 Mindenmentes 4-6 éves	Karamellás rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea, Tonhalkrém, Diétás pékáru BL, Paradicsom			Herba tea, Növényi sajt szórat, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Kakaó rizstejből, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Alma			Herba tea, Kolbászkrém házi TM, Diétás pékáru BL, Lilahagyma		
		Energia: 328.79 Kcal / 1,374.34 KJ			Energia: 319.67 Kcal / 1,336.22 KJ			Energia: 263.63 Kcal / 1,101.97 KJ			Energia: 367.35 Kcal / 1,535.52 KJ			Energia: 312.69 Kcal / 1,307.04 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.62 g	9.01 g	2.10 g	6.15 g	13.77 g	3.58 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g	6.07 g	10.10 g	2.31 g	6.71 g	12.30 g	3.20 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
55.48 g	22.09 g	0.68 g	42.40 g	13.39 g	0.78 g	41.86 g	13.39 g	0.68 g	61.72 g	21.42 g	0.69 g	43.41 g	13.39 g	0.85 g		
		1			1,4			1			1			1		
Ebéd	911 Mindenmentes 4-6 éves	Zöldségleves, Levesbetét, Paprikás burgonya virslivel, Csemege uborka			Kantotueves, Pírtott kenyérfocsi, Sült bécsi rudacska, Zöldborsó főzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			Paradicsom leves, Levesbetét, Tavaszi rizseshús, Vegyesvágott			Gulyásleves, MIMEN piskóta kocka, Vanília sodó			Növényi sajtkrémleves, Pírtott kenyérfocsi, Rakott brokkoli rizzsel		
		Energia: 385.14 Kcal / 1,609.89 KJ			Energia: 579.32 Kcal / 2,421.56 KJ			Energia: 490.52 Kcal / 2,050.37 KJ			Energia: 229.40 Kcal / 958.89 KJ			Energia: 349.67 Kcal / 1,461.62 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.20 g	19.76 g	4.77 g	17.93 g	28.90 g	6.14 g	19.26 g	11.16 g	2.38 g	4.84 g	13.69 g	1.41 g	18.41 g	12.08 g	4.00 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
39.95 g	0.33 g	4.28 g	62.16 g	7.79 g	2.85 g	75.78 g	22.68 g	2.58 g	21.57 g	3.27 g	0.10 g	41.54 g	0.53 g	2.52 g		
		9,15,(12)			1			1,9,15,(12)			1			1		
Uzsonna	911 Mindenmentes 4-6 éves	Soproni felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Uborka			Növényi szendvicsskrém, Diétás pékáru BL, Paprika			Vaníliás puding rizstejjel, Diétás pékáru BL, Sárgadinnye			Zala felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Sonkakrém Liga margarin, Diétás pékáru BL, Paprika		
		Energia: 274.86 Kcal / 1,148.91 KJ			Energia: 194.73 Kcal / 813.97 KJ			Energia: 207.42 Kcal / 867.02 KJ			Energia: 246.31 Kcal / 1,029.58 KJ			Energia: 188.76 Kcal / 789.02 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.52 g	13.91 g	4.23 g	6.02 g	5.59 g	4.24 g	5.94 g	1.03 g	0.06 g	8.31 g	10.92 g	3.11 g	7.51 g	4.57 g	1.08 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
28.57 g	0.00 g	1.53 g	30.03 g	0.00 g	0.90 g	43.24 g	1.80 g	0.60 g	28.40 g	0.00 g	1.08 g	29.17 g	0.00 g	0.85 g		
		1			1			1			1			1		

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-csillagfürt

16-édesgyökér

2-rák

5-földimogyoró

8-diófélék 11-szezám

14-puhatestűek

3-tojás

6-szója

9-zeller 12-kéndioxid-szulfid 15-mesztartós édesítőszer

Oldalak

Quadro Byte Zrt

Jó étvágyat kívánunk!


Élelmezésvezető

2022.02.23 7:13:00 | QB - Élelem

Tételes étlap 2022.08.08 - 2022.08.14

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
8/8/2022	Laktóz (00911) Tej, Tojás, C, OM, Sz, Ban, FokM 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	63,54	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	Zöldségleves	261,02	60,93	1,05	4,83	0,63	3,64	0,03	1,03	9
			Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01	
			Paprikás burgonya virslivel	1 244,86	297,81	9,67	14,77	4,13	30,65	0,00	2,28	
			Csemege uborka	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96	15,(12)
		U	Soproni 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
			Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
			Összesen:	4 139,51	988,79	25,34	42,68	11,10	124,00	22,42	6,49	
8/9/2022	Laktóz (00911) Tej, Tojás, C, OM, Sz, Ban, FokM 4-6	T	Herba tea	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Tonhalkrém	499,42	119,48	0,39	13,00	3,53	0,08	0,00	0,20	4
			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	Rántottleves	222,35	53,20	0,67	3,83	0,51	3,98	0,00	0,49	1
			Pírtott kenyérvacka	108,11	25,86	0,98	0,10	0,00	5,23	0,00	0,20	1
			Sült bécsi rudacska	616,70	147,54	7,50	12,93	4,70	0,12	0,00	1,50	
			Zöldborsó főzelék	1 058,07	249,30	8,18	11,89	0,91	28,32	6,29	0,64	1
			Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
		U	Növényi szendvicsskrém	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
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
	Összesen:	4 587,73	1 093,72	30,10	48,26	13,96	134,59	21,18	4,53			
8/10/2022	Laktóz (00911) Tej, Tojás, C, OM, Sz, Ban, FokM 4-6	T	Herba tea	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Növényi sajt szórát	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
		E	Paradicsom leves	531,48	127,15	1,66	0,85	0,09	28,04	19,98	1,78	1,9
			Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01	
			Tavaszi rizseshús	1 342,32	319,40	16,82	10,12	2,27	38,16	0,00	0,27	
			Vegyesvágott	96,46	23,08	0,54	0,07	0,01	4,96	2,40	0,52	15,(12)
		U	Vaníliás puding rizstejjel	70,44	16,85	0,02	0,18	0,02	3,71	1,80	0,00	
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1
			Sárgadinnye	202,97	48,56	0,36	0,12	0,00	11,40	0,00	0,02	
			Összesen:	4 026,56	961,57	30,78	20,27	4,38	160,88	37,87	3,86	
8/11/2022	Laktóz (00911) Tej, Tojás, C, OM, Sz, Ban, FokM 4	T	Kakaó rizstejből	589,08	140,93	0,25	2,13	0,37	29,35	21,42	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
			Alma	87,25	20,87	0,24	0,24	0,00	4,20	0,00	0,01	
		E	Gulyásleves	211,17	50,52	3,83	1,72	0,48	4,83	0,01	0,04	
			MIMEN piskóta kocka	569,73	136,30	0,50	11,53	0,86	7,78	0,00	0,06	
			Vanília sodó	177,99	42,58	0,51	0,44	0,07	8,96	3,26	0,00	1
		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
			Összesen:	3 524,05	843,06	19,22	34,71	6,83	111,69	24,69	1,87	
		8/12/2022	Laktóz (00911) Tej, Tojás, C, OM, Sz, Ban, FokM 4	T	Herba tea	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39
	Kolbászkrém 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
	Lilahagyma			33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00	
E	Növényi sajtkrémleves			200,19	47,59	1,29	0,61	0,10	9,33	0,53	0,50	1
	Pírtott kenyérvacka			108,11	25,86	0,98	0,10	0,00	5,23	0,00	0,20	1
	Rakott brokkoli rizzsel			1 154,57	276,22	16,14	11,37	3,90	26,98	0,00	1,82	
U	Sonkakrém Liga margarinnal			179,01	42,83	1,71	3,78	1,04	0,44	0,00	0,27	
	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	
	Összesen:			3 558,91	851,12	32,63	28,95	8,28	114,12	13,92	4,22	

Heti étlap 2022.08.08. - 2022.08.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(00957) Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	Karamellás rizstej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea, Tonhalkrém, Gluténmentes pékáru, Paradicsom			Herba tea, Növényi sajt szórat, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Karamellás rizstej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Őszibarack			Herba tea, Kolbászkrém házi TM, Gluténmentes pékáru, Lilahagyma		
		Energia: 332.78 Kcal / 1,391.02 KJ			Energia: 323.66 Kcal / 1,352.90 KJ			Energia: 267.62 Kcal / 1,118.65 KJ			Energia: 357.47 Kcal / 1,494.22 KJ			Energia: 316.68 Kcal / 1,323.72 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.70 g	9.28 g	2.26 g	4.23 g	14.04 g	3.74 g	3.66 g	8.35 g	2.10 g	4.12 g	9.34 g	2.26 g	4.79 g	12.57 g	3.36 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
54.85 g	22.49 g	0.59 g	41.77 g	13.79 g	0.69 g	41.23 g	13.79 g	0.59 g	60.25 g	22.49 g	0.60 g	42.78 g	13.79 g	0.76 g		
4																
Ebéd	(00957) Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	Zöldségleves, Levesbetét, Paprikás burgonya virslivel, Csemege uborka			Rántottleves, Kölesgolyó, Sült bécsi rudacska, Zöldborsó főzelék, GM pékáru, ebédhez			Paradicsom leves, Levesbetét, Tavaszri rizseshús, Vegyesvágott			Gulyásleves, MIMEN piskóta kocka, Vanília sodó			Növényi sajtkrémleves, Kölesgolyó, Rakott brokkoli rizzsel		
		Energia: 385.06 Kcal / 1,609.55 KJ			Energia: 574.93 Kcal / 2,403.21 KJ			Energia: 522.13 Kcal / 2,182.50 KJ			Energia: 286.31 Kcal / 1,196.78 KJ			Energia: 314.15 Kcal / 1,313.15 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.20 g	19.75 g	4.70 g	17.13 g	28.97 g	6.08 g	19.29 g	14.10 g	2.56 g	7.50 g	16.47 g	1.92 g	11.76 g	13.98 g	3.46 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
39.95 g	0.33 g	4.28 g	62.45 g	7.83 g	2.66 g	77.15 g	22.68 g	2.65 g	26.67 g	3.26 g	0.18 g	36.02 g	0.57 g	1.70 g		
9,15,(12)							9,15,(12)					9				
Uzsonna	(00957) Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	Soproni felvágott, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Uborka			Növényi szendvicssajtkrém, Gluténmentes pékáru, Paprika			Vaníliás puding rizstejjel, Gluténmentes pékáru, Sárgadinnye			Zala felvágott, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Sonkkrém Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Paprika		
		Energia: 278.85 Kcal / 1,165.59 KJ			Energia: 198.72 Kcal / 830.65 KJ			Energia: 211.41 Kcal / 883.69 KJ			Energia: 250.30 Kcal / 1,046.25 KJ			Energia: 192.75 Kcal / 805.70 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.60 g	14.18 g	4.39 g	4.10 g	5.86 g	4.40 g	4.02 g	1.30 g	0.22 g	6.39 g	11.19 g	3.27 g	5.59 g	4.84 g	1.24 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
27.94 g	0.40 g	1.44 g	29.40 g	0.40 g	0.81 g	42.61 g	2.20 g	0.51 g	27.77 g	0.40 g	0.99 g	28.54 g	0.40 g	0.76 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-csillagfürt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfit | 15-meszes édesítőszer | |

ó étvágyat kívánunk!


.....

Élelmezésvezető

Tételes étlap 2022.08.08 - 2022.08.14

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének					
8/8/2022	László (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	63,54	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	Zöldségleves	260,67	60,85	1,05	4,82	0,56	3,64	0,03	1,03	9		
				Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01			
				Paprikás burgonya virsivel	1 244,86	297,81	9,67	14,77	4,13	30,65	0,00	2,28			
				Csemege uborka	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96	15,(12)		
			U	Soproni 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			
				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:	4 172,50	996,69	21,50	43,21	11,35	122,74	23,22	6,31			
			8/9/2022	László (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
	Tonhalkrém	499,42				119,48	0,39	13,00	3,53	0,08	0,00	0,20	4		
	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	0,00			
E	Rántottleves	221,92				53,09	0,58	3,90	0,44	3,88	0,00	0,50			
	Kölesgolyó	88,86				21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,04	0,00			
	Sült bécsi rudacska	616,70				147,54	7,50	12,93	4,70	0,12	0,00	1,50			
	Zöldborsó főzelék	1 059,38				249,62	7,67	11,79	0,88	29,14	6,29	0,64			
	GM pékáru, ebédhez	432,30				103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02			
U	Növényi szendvicskrém	203,98				48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32			
	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			
	Összesen:	4 602,70				1 097,31	25,46	48,87	14,22	133,62	22,02	4,16			
8/10/2022	Gyógy (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			
				Növényi sajt szórát	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			
				Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49			
			E	Paradicsom leves	663,61	158,76	1,69	3,79	0,27	29,41	19,98	1,85	9		
				Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01			
				Tavaszi rizseshús	1 342,32	319,40	16,82	10,12	2,27	38,16	0,00	0,27			
				Vegyesvágott	96,46	23,08	0,54	0,07	0,01	4,96	2,40	0,52	15,(12)		
			U	Vaníliás puding rizstejjel	70,44	16,85	0,02	0,18	0,02	3,71	1,80	0,00			
				Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49			
				Sárgadinnye	202,97	48,56	0,36	0,12	0,00	11,40	0,00	0,02			
				Összesen:	4 192,03	1 001,16	26,97	23,75	4,88	160,99	38,67	3,75			
			8/11/2022	Gyógy (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				63,54	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	103,20				24,69	0,42	0,06	0,00	5,40	0,00	0,01			
E	Gulyásleves	448,55				107,31	6,68	4,54	1,00	9,61	0,00	0,12	9		
	MIMEN piskóta kocka	569,73				136,30	0,50	11,53	0,86	7,78	0,00	0,06			
	Vanília sodó	178,48				42,70	0,32	0,40	0,06	9,28	3,26	0,00			
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			
	Gluténmentes pékáru	610,28				146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49			
	Összesen:	3 737,28				894,08	18,01	37,00	7,45	114,69	26,15	1,77			
8/12/2022	Gyógy (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
							Kolbászkrem házi TM	455,45	108,96	0,91	11,55	3,16	0,23	0,00	0,27
				Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49			
				Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00			
			E	Növényi sajtkrémleves	127,20	30,13	0,63	0,65	0,10	5,56	0,53	0,50			
				Kölesgolyó	88,86	21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,04	0,00			
				Rakott brokkoli rizzsel	1 098,36	262,76	10,35	13,13	3,32	25,66	0,00	1,20			
			U	Sonkakrém Liga margarinnal	179,01	42,83	1,71	3,78	1,04	0,44	0,00	0,27			
				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			
				Összesen:	3 443,80	823,58	22,14	31,39	8,06	107,34	14,76	3,22			

Heti étlap 2022.08.08.-2022.08.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(00143) Tej, natív cukormentés 4-6	Herba tea, Zala felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB			Herba tea, Tonhalkrém, Diétás pékáru BL DIAB, Paradicsom			Herba tea, Növényi sajt szórat, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB			Herba tea, Csemege szalámi, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, Alma			Herba tea, Kolbászkrém házi TM, Diétás pékáru BL DIAB, Lilahagyma		
		Energia: 286.94 Kcal / 1,199.41 KJ			Energia: 326.04 Kcal / 1,362.85 KJ			Energia: 213.97 Kcal / 894.39 KJ			Energia: 306.73 Kcal / 1,282.13 KJ			Energia: 293.62 Kcal / 1,227.33 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.46 g	20.77 g	6.15 g	4.14 g	26.46 g	7.10 g	3.00 g	15.08 g	3.82 g	5.58 g	23.90 g	7.03 g	4.54 g	23.43 g	6.33 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
15.62 g	0.04 g	1.31 g	16.83 g	0.04 g	0.72 g	15.76 g	0.04 g	0.51 g	15.88 g	0.04 g	1.13 g	15.20 g	0.04 g	0.77 g		
1,15			1,4,15			1,15			1,15			1,15				
Ebéd	(00143) Tej, natív cukormentés 4-6	Vajgaluska leves PKU, Paprikás burgonya virslivel, Csemege uborka			Tojásleves, Sült bécsi rudacska, Zöldborsó főzelék, Diétás pékáru BL DIAB			Paradicsom leves, Levesbetét, Tavaszi rizses hús, Vegyesvágott, Sárgadinnye			Gulyásleves, Kölesfelfújt, Diabetikus szilvalekvár			Növényi sajtkrémleves, Kölesgolyó, Rakott brokkoli rizzsel		
		Energia: 336.68 Kcal / 1,407.32 KJ			Energia: 578.89 Kcal / 2,419.76 KJ			Energia: 325.30 Kcal / 1,359.75 KJ			Energia: 271.40 Kcal / 1,134.45 KJ			Energia: 262.15 Kcal / 1,095.79 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.80 g	16.22 g	4.23 g	24.94 g	37.53 g	10.57 g	14.06 g	13.93 g	2.27 g	11.94 g	8.19 g	1.49 g	12.76 g	8.05 g	2.57 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
36.15 g	0.02 g	6.16 g	35.62 g	4.51 g	5.12 g	35.89 g	0.00 g	2.02 g	36.55 g	1.34 g	0.35 g	35.77 g	0.70 g	1.71 g		
9,15,(12)			1,3,9			1,3,9,15,(12)			3,9,15			1				
Uzsonna	(00143) Tej, natív cukormentés 4-6	Soproni felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, Uborka			Növényi szendvicsskrém, Paprika, Diétás pékáru BL DIAB			Vaníliás puding diabRIZSTEJ, Diétás pékáru BL DIAB			Zala felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB			Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, Paprika		
		Energia: 341.45 Kcal / 1,427.26 KJ			Energia: 166.03 Kcal / 694.01 KJ			Energia: 72.93 Kcal / 304.85 KJ			Energia: 284.35 Kcal / 1,188.58 KJ			Energia: 210.67 Kcal / 880.60 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.88 g	26.75 g	8.40 g	3.29 g	10.03 g	8.42 g	2.07 g	0.57 g	0.06 g	8.46 g	20.77 g	6.15 g	3.48 g	14.51 g	3.82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
15.88 g	0.00 g	2.20 g	15.80 g	0.00 g	0.89 g	14.71 g	1.20 g	0.21 g	15.54 g	0.00 g	1.31 g	16.28 g	0.00 g	0.51 g		
1			1			1,15			1			1				

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-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Tételes étlap 2022.08.08 - 2022.08.14

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
8/8/2022	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
		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
		E Vajgaluska leves PKU	358,34	85,73	2,57	4,15	1,10	9,35	0,02	1,74	9
		Paprikás burgonya virslivel	991,41	237,18	7,63	11,97	3,13	24,20	0,00	2,40	15,(12)
		Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40	15,(12)
		U Soproni felvágott	559,78	133,92	5,48	12,32	4,58	0,12	0,00	1,68	
		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:	4 033,94	965,07	28,14	63,74	18,78	67,65	0,06	9,67	
8/9/2022	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
		Tonhalkrém	998,83	238,95	0,78	25,99	7,06	0,15	0,00	0,40	4
		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 Tojásleves	229,78	54,97	1,77	3,79	0,60	3,43	0,01	1,41	1,3,9
		Sült bécsi rudacska	1 198,31	286,68	15,00	24,93	9,30	0,24	0,00	3,00	
		Zöldborsó főzelék	755,77	178,07	5,85	8,50	0,65	20,23	4,50	0,46	1
		Diétás pékáru BL DIAB	247,34	59,17	2,32	0,31	0,02	11,72	0,00	0,25	1
		U Növényi szendvicskrém	407,97	97,60	0,44	9,60	8,40	2,60	0,00	0,64	
		Paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
		Diétás pékáru BL DIAB	253,27	60,59	2,37	0,31	0,02	12,00	0,00	0,25	1
		Összesen:	4 488,06	1 070,96	32,37	74,02	26,09	68,25	4,55	6,73	
8/10/2022	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
		Növényi sajt szórat	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	316,59	75,74	2,96	0,39	0,02	15,00	0,00	0,31	1
		E Paradicsom leves	331,05	79,20	1,33	5,23	0,38	6,79	0,00	1,05	9,15
		Levesbetét	81,94	19,60	0,85	0,25	0,05	3,47	0,00	0,04	1,3
		Tavaszi rizses hús	713,07	169,23	10,90	8,26	1,83	12,92	0,00	0,25	
		Vegyesvágott	70,23	16,80	0,68	0,09	0,01	3,21	0,00	0,66	15,(12)
		Sárgadinnye	169,14	40,47	0,30	0,10	0,00	9,50	0,00	0,02	
		U Vaníliás puding diabRIZSTEJ	87,19	20,86	0,03	0,30	0,04	4,39	1,20	0,00	15
		Diétás pékáru BL DIAB	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,21	1
		Összesen:	2 564,65	612,20	19,13	29,58	6,15	66,36	1,24	2,74	
8/11/2022	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
		Csemege szalámi	413,11	98,83	3,92	9,16	3,22	0,06	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	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	
		E Gulyásleves	492,98	117,94	6,89	4,32	0,67	12,53	0,01	0,15	9
		Kölesfelfújt	476,87	114,08	4,57	3,83	0,82	15,07	1,33	0,16	3,15
		Diabetikus szilvalekvár	164,61	39,38	0,48	0,04	0,00	8,95	0,00	0,04	15
		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
		Összesen:	3 605,14	862,48	25,98	52,86	14,67	67,97	1,38	2,79	
8/12/2022	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
		Kolbászkrém házi TM	910,90	217,92	1,82	23,09	6,31	0,45	0,00	0,53	
		Diétás pékáru BL DIAB	239,43	57,28	2,24	0,30	0,02	11,35	0,00	0,23	1
		Lilahagyma	66,18	15,83	0,48	0,04	0,00	3,32	0,00	0,01	
		E Növényi sajtkrémleves	240,22	57,11	1,55	0,73	0,11	11,20	0,64	0,59	1
		Kölesgolyó	148,10	35,43	1,30	0,34	0,07	8,00	0,06	0,00	
		Rakott brokkoli rizzsel	708,95	169,61	9,91	6,98	2,39	16,57	0,00	1,12	
		U 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
		Paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
		Összesen:	3 205,17	766,44	20,78	45,99	12,72	67,25	0,74	2,99	