


## Tételes étlap 2022.08.15 - 2022.08.21

Dátum	Étkezési hely	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Átlagszám	
8/15/2022	Kímélő étrend (TOMRFSZ) 4-6	R Herba tea	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
		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	
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58 1	
		T Herba tea	226,35	54,15	0,00	0,00	0,00	13,40	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	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58 1	
		E Zöldségleves	238,95	55,65	0,76	4,75	0,61	2,76	0,00	1,04	
		Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	3,00	0,01	
		Csirkemell (comb)	812,08	194,28	25,36	9,30	1,80	2,19	0,00	1,27	
		Főtt tészta	997,92	238,74	2,30	5,46	0,42	44,35	2,88	0,14	
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
		U Soproni felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84	
Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58 1			
Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
V Herba tea	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
Sonkás kenyérlángos	1 000,94	239,46	8,61	3,85	0,68	42,39	0,40	1,03 1			
Osszesen:	7 355,65	1 758,23	63,06	62,84	15,12	232,45	43,75	7,63			
8/16/2022	Kímélő étrend (TOMRFSZ) 4-6	R Herba tea	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
		Csikemell 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	
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	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	
		Növényi szendvicskrém	203,99	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	0,05	28,13	0,00	0,58 1	
		Salátalevél	2,16	0,51	0,04	0,01	0,00	0,06	0,00	0,00	
		E Tárkonya leves	363,32	86,92	1,46	2,59	0,29	14,03	0,37	0,30	
		Vagdalt	367,24	87,86	9,14	5,35	1,16	0,78	0,00	0,94	
		Cukkinifőzelék	534,29	127,82	2,92	6,45	0,71	14,35	0,50	0,06 1	
		Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
		U Tomhahártya	499,42	119,49	0,39	13,00	3,53	0,08	0,00	0,20 4	
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	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			
Roston sült csirkemell	418,84	100,20	12,44	5,21	0,68	0,90	0,11	0,58 (10)			
Tepsis burgonya	876,92	209,79	5,40	1,23	0,14	43,20	0,00	0,24			
Osszesen:	6 511,99	1 557,89	52,71	48,54	12,97	224,65	42,65	4,93			
8/17/2022	Kímélő étrend (TOMRFSZ) 4-6	R Herba tea	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
		Pulykemell 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	
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	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	0,05	28,13	0,00	0,58 1	
		Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,11	
		E Gyűléseves kímélő	448,42	107,27	6,62	4,70	0,92	9,39	0,00	0,11 9	
		Kölesfelfújt	1 749,36	418,51	6,72	8,68	2,10	77,40	30,18	0,31 3	
		Fehéjes porcucok	677,44	162,07	0,02	0,01	0,00	40,28	39,96	0,00	
		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	
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58 1	
Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
V Herba tea	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
Sült bécsi rudacska	599,16	143,34	7,50	12,47	4,65	0,12	0,00	1,50			
Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58 1			
Salátalevél	2,16	0,51	0,04	0,01	0,00	0,06	0,00	0,00			
Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
Osszesen:	7 516,74	1 798,27	51,77	50,05	14,10	282,47	110,31	5,70			
8/18/2022	Kímélő étrend (TOMRFSZ) 4-6	R Herba tea	226,35	54,15	0,00	0,00	0,00	13,40	13,39	0,00	
		Alom 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	
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58 1	
		T Herba tea	226,35	54,15	0,00	0,00	0,00	13,40	13,39	0,00	
		Vanília puding rizstejjel	58,70	14,05	0,02	0,15	0,02	3,10	1,50	0,00	
		Kölesgolyó	88,86	21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,04	0,00	
		E Csonfaleves	87,34	20,90	0,88	0,56	0,03	3,09	0,02	1,06 9	
		Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	3,00	0,01	
		Sertés aprósült	710,18	169,90	8,95	14,35	4,56	1,20	0,12	0,09 (1),(10)	
		Sósakamartás	242,48	58,01	2,48	0,45	0,03	10,28	3,43	0,67 1	
		Főtt burgonya 1/2 adag	176,37	42,20	1,13	0,09	0,01	9,00	0,00	0,00 1	
		Ósziabag	154,79	37,03	0,63	0,09	0,00	8,10	0,00	0,01	
		U Violeto 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			
Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	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			
Rántott növényi sajt	381,42	91,25	3,13	1,47	0,25	16,29	0,00	0,34 1,3			
Snidlingmártás	195,90	46,87	0,49	3,61	0,31	3,19	0,00	0,85			
Párolt rizs	1 190,74	284,87	5,18	6,88	0,80	50,22	0,00	1,43			
Osszesen:	5 680,38	1 406,84	38,47	44,34	10,15	211,56	45,58	6,25			
8/19/2022	Kímélő étrend (TOMRFSZ) 4-6	R Herba tea	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
		Diétás péksütemény	1 131,94	270,80	1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30	
		T Herba tea	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
		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	
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58 1	
		E Magyaros zellerleves	250,30	58,37	0,74	4,80	0,54	3,22	0,01	1,06 9	
		Csúskás tekély	892,09	213,42	9,40	17,92	4,05	5,61	0,00	0,93	
		Párolt rizs	1 190,74	284,87	5,18	6,88	0,80	50,22	0,00	1,43	
		U Sült hús krém	469,14	112,24	1,44	11,71	3,34	0,13	0,00	0,25	
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	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	
		Sertésült	441,79	105,69	10,70	6,44	1,74	1,25	0,11	0,10 (1),(10)	
		Tepsis burgonya	876,92	209,79	5,40	1,23	0,14	43,20	0,00	0,24	
Almakompót	140,38	10,27	0,32	0,30	0,00	7,09	1,34	0,00			
Osszesen:	7 691,19	1 815,18	48,55	71,93	15,28	239,22	60,53	5,87			
8/20/2022	Kímélő étrend (TOMRFSZ) 4-6	R Herba tea	335,66	80,30	0,00	0,00	0,00	19,98	19,98	0,00	
		Csikemell 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	1 187,22	284,02	11,11	1,46	0,09	56,26	0,00	1,16 1	
		T Herba tea	335,66	80,30	0,00	0,00	0,00	19,98	19,98	0,00	
		Növényi szendvicskrém	407,97	97,80	0,44	9,60	8,40	2,60	0,00	0,64	
		Diétás pékáru BL	1 187,22	284,02	11,11	1,46	0,09	56,26	0,00	1,16 1	
		E Vajgaluskas leves PKU	447,93	107,16	3,21	5,19	1,37	11,69	0,02	2,17 9	
		Sertésragu	1 319,37	315,64	21,97	22,17	4,71	6,64	0,00	0,32 1	
		Párolt rizs	1 653,80	395,65	7,20	9,55	1,11	69,75	0,00	1,98	
		U Diétás péksütemény	1 131,94	270,80	1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30	
		V Herba tea	335,66	80,30	0,00	0,00	0,00	19,98	19,98	0,00	
		Eszterházi sertésragu	1 518,71	363,33	18,61	26,56	8,81	11,95	5,00	1,28 1,10,(12)	
		Főtt tészta	1 386,00	331,58	3,20						

Heti étlap 2022.08.15. - 2022.08.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b> Tízórai	903 Tej,szója és olajosmag mentes 4-6 éves	Rizstej, Liga margarin, Diétás pékáru BL			Herba tea, Növényi szendvicsskrém, Diétás pékáru BL, Paradicsom			Herba tea, Sonkakrém Liga margarinnal, Diétás pékáru BL, Uborka			Rizstej, Csoki puding , Kölesgolyó			Herba tea, Zala felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL		
		Energia: 289.54 Kcal / 1,210.28 KJ			Energia: 248.99 Kcal / 1,040.78 KJ			Energia: 233.24 Kcal / 974.94 KJ			Energia: 249.69 Kcal / 1,043.70 KJ			Energia: 300.12 Kcal / 1,254.50 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	2.18 g	5.98 g	5.57 g	4.26 g	7.89 g	3.67 g	0.91 g	0.98 g	3.61 g	0.48 g	8.31 g	10.92 g	3.12 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			43.62 g 13.39 g 0.91 g			41.89 g 13.39 g 0.95 g			52.62 g 24.06 g 0.01 g			41.79 g 13.39 g 1.08 g				
Ebéd	903 Tej,szója és olajosmag mentes 4-6 éves	1			1			1			1			1		
		Kelkáposzta leves , Csirkepörkölt (comb), Főtt tészta, Alma			Tarhonya leves, Vagdalt, Zöldbabfőzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			Lencsegulyás tejmentesen, Diétás pékáru BL, ebédhez, Tejbedara rizstejjel, Kakaó szórát			Csontleves , Levesbetét, Sertés aprósült, Paradicsomos káposzta főzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			Magyaros zellerleves, Csikós tokány, Párolt rizs		
		Energia: 517.54 Kcal / 2,163.32 KJ			Energia: 435.63 Kcal / 1,820.93 KJ			Energia: 744.63 Kcal / 3,112.55 KJ			Energia: 448.55 Kcal / 1,874.94 KJ			Energia: 556.66 Kcal / 2,326.84 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
35.02 g	13.73 g	2.21 g	16.27 g	16.39 g	2.92 g	20.74 g	7.12 g	1.81 g	14.30 g	19.54 g	5.14 g	15.32 g	28.70 g	5.99 g		
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
62.44 g 0.01 g 1.96 g			54.74 g 1.50 g 2.01 g			147.43 g 59.88 g 0.89 g			53.02 g 9.19 g 2.45 g			59.05 g 0.01 g 3.32 g				
Uzsonna	903 Tej,szója és olajosmag mentes 4-6 éves	1,(3)			1,3			1,10,(12)			1,3,9,(10)			9		
		Soproni felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Paprika			Áfonyalekvár, Liga margarin, Diétás pékáru BL			Sertés párizsi, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Paprika			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Alma			Sült hús krém, Diétás pékáru BL		
		Energia: 276.44 Kcal / 1,155.52 KJ			Energia: 241.27 Kcal / 1,008.51 KJ			Energia: 252.13 Kcal / 1,053.90 KJ			Energia: 241.15 Kcal / 1,008.01 KJ			Energia: 254.25 Kcal / 1,062.77 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
8.56 g	13.95 g	4.24 g	5.63 g	7.73 g	1.95 g	8.20 g	11.43 g	3.33 g	5.94 g	8.44 g	1.95 g	7.00 g	12.44 g	3.39 g		
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
28.83 g 0.00 g 1.52 g			36.94 g 7.38 g 0.69 g			28.81 g 0.00 g 1.14 g			34.77 g 0.00 g 0.69 g			28.26 g 0.00 g 0.83 g				
1			1,(12)			1			1			1				

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: [minosegbiztositas@eatrend.hu](mailto: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-diófélék | 11-szezám            | 14-puhatestűek |                   |
| 3-tojás  | 6-szója        | 9-zeller   | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterméreg | 14-es édesítőszer |

!ó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető



Heti étlap 2022.08.15. - 2022.08.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>(00906)</b> <b>Gluténmentes</b> <b>4-6 éves</b>	Tej, Liga margarin, Gluténmentes pékáru			Herba tea, Snidlinges sajtkrém, Gluténmentes pékáru, Paradicsom			Limonádé, Sonkakrém Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru, Uborka			Tej, Csokoládés puding, Kölesgolyó			Limonádé, Zala felvágott, Liga margarin, Gluténmentes pékáru		
		Energia: 307.10 Kcal / 1,283.68 KJ			Energia: 279.84 Kcal / 1,169.73 KJ			Energia: 212.98 Kcal / 890.26 KJ			Energia: 273.39 Kcal / 1,142.77 KJ			Energia: 279.86 Kcal / 1,169.81 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	4.94 g	8.74 g	4.79 g	6.00 g	3.98 g	1.06 g	12.80 g	5.53 g	2.92 g	6.42 g	11.23 g	3.27 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
38.19 g	0.40 g	0.86 g	42.09 g	13.79 g	0.74 g	34.82 g	7.09 g	0.86 g	43.52 g	10.03 g	0.47 g	34.72 g	7.09 g	0.99 g		
7		7		7		7		7		7		7		7		
<b>Ebéd</b>	<b>(00906)</b> <b>Gluténmentes</b> <b>4-6 éves</b>	Kelkáposzta leves, Csirkepörkölt (comb), Főtt tészta, Alma			Tarhonya leves, Vagdalt, Zöldbabfőzelék, GM pékáru, ebédhez			Lencsegulyás, Tejbe kukoricadara, GM pékáru, ebédhez, Fahéjas porcukor			Csontleves, Levesbetét, Sertés aprósült, Paradicsomos káposzta főzelék, GM pékáru,			Magyaros zellerleves, Csikós tokány, Párolt rizs		
		Energia: 539.14 Kcal / 2,253.61 KJ			Energia: 429.70 Kcal / 1,796.15 KJ			Energia: 729.93 Kcal / 3,051.11 KJ			Energia: 485.02 Kcal / 2,027.38 KJ			Energia: 570.54 Kcal / 2,384.86 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		30.35 g	16.79 g	2.88 g	16.80 g	16.11 g	3.25 g	25.51 g	12.20 g	3.37 g	13.78 g	20.24 g	5.14 g	15.59 g	28.75 g	6.01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
65.13 g	2.89 g	1.99 g	53.35 g	1.88 g	2.03 g	128.35 g	54.99 g	1.23 g	60.63 g	11.24 g	2.77 g	61.76 g	0.02 g	3.33 g		
7		7		7,10,(12)		9		9		9		9		9		
<b>Uzsonna</b>	<b>(00906)</b> <b>Gluténmentes</b> <b>4-6 éves</b>	Soproni felvágott, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Paprika			Áfonyalekvár, Liga margarin, Gluténmentes pékáru			Sertés párizsi, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Paprika			Sajt szelet, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Őszibarack			Gluténmentes pékáru, Kockasajt		
		Energia: 280.43 Kcal / 1,172.20 KJ			Energia: 245.26 Kcal / 1,025.19 KJ			Energia: 256.12 Kcal / 1,070.58 KJ			Energia: 317.12 Kcal / 1,325.56 KJ			Energia: 221.31 Kcal / 925.08 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.64 g	14.22 g	4.39 g	3.71 g	8.00 g	2.10 g	6.28 g	11.70 g	3.48 g	9.53 g	13.41 g	5.49 g	7.82 g	7.25 g	3.92 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.20 g	0.40 g	1.43 g	36.31 g	7.78 g	0.60 g	28.18 g	0.40 g	1.05 g	35.98 g	0.40 g	1.00 g	28.00 g	0.40 g	1.19 g		
12		12		12		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	7-tejtermék,10-mustár	13-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szszám	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer


**Jó étvágyat kívánunk!**

.....  
**Elelmezésvezető**

## Tételes étlap 2022.08.15 - 2022.08.21

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének				
8/15/2022	Lécsék (00906)	Gluténmentes 4-6 éves	T	Tej	407,75	97,55	6,83	3,02	1,63	10,65	0,00	0,27	7	
			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	Kelkáposzta leves	225,47	53,94	2,09	1,43	0,66	8,09	0,01	0,56	7	
			Csirkepörkölt (comb)	812,08	194,28	25,36	9,30	1,80	2,19	0,00	1,27			
			Főtt tészta	997,92	238,74	2,30	5,46	0,42	44,35	2,88	0,14			
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02			
			U	Soproni felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
			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			
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
			Összesen:	4 709,39	1 126,67	47,48	42,03	11,00	131,52	3,69	4,28			
8/16/2022	Lécsék (00906)	Gluténmentes 4-6 éves	T	Herba tea	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00		
			Snidlinges 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			
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01			
			E	Tarhonya leves	367,56	87,94	1,52	2,61	0,29	14,20	0,38	0,31		
			Vagdalt	462,72	110,70	11,52	6,74	1,46	0,98	0,00	1,18			
			Zöldbabfőzelék	533,51	127,64	3,16	6,61	1,48	13,66	0,00	0,52	7		
			GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02			
			U	Áfonyalekvár	149,28	35,71	0,05	0,00	0,00	8,77	7,38	0,01	(12)	
			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			
			Összesen:	3 991,00	954,80	25,45	32,85	10,14	131,75	23,45	3,37			
8/17/2022	Lécsék (00906)	Gluténmentes 4-6 éves	T	Limonádé	123,54	29,55	0,03	0,04	0,00	6,95	6,69	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			
			Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01			
			E	Lencsegulyás	904,91	216,49	14,88	7,89	1,42	21,21	0,00	0,63	10,(12)	
			Tejbe kukoricadara	1 036,42	247,95	10,01	4,15	1,93	42,35	13,53	0,58	7		
			GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02			
			Fahéjas porcukor	677,44	162,07	0,02	0,01	0,00	40,28	39,96	0,00			
			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			
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
Összesen:	5 011,87	1 199,03	37,79	27,88	7,91	191,35	62,48	3,14						
8/18/2022	Lécsék (00906)	Gluténmentes 4-6 éves	T	Tej	407,75	97,55	6,83	3,02	1,63	10,65	0,00	0,27	7	
			Csokoládés puding	646,12	154,58	5,19	2,31	1,25	28,07	9,99	0,20	7		
			Kölesgolyó	88,86	21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,04	0,00			
			E	Csontleves	95,71	22,90	0,98	0,53	0,01	3,49	0,00	1,09	9	
			Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01			
			Sertés aprósült	697,34	166,83	8,85	14,27	4,53	0,55	0,00	0,09			
			Paradicsomos káposzta főzelék	714,67	170,98	3,11	5,17	0,57	27,46	9,44	1,56			
			GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02			
			U	Sajt szelet	294,84	70,54	5,24	5,32	3,39	0,34	0,00	0,40	7	
			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:	4 495,57	1 075,53	36,11	39,18	13,55	140,13	21,67	4,24						
8/19/2022	Lécsék (00906)	Gluténmentes 4-6 éves	T	Limonádé	123,54	29,55	0,03	0,04	0,00	6,95	6,69	0,00		
			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			
			E	Magyaros zellerleves	301,99	72,25	1,01	4,85	0,56	5,93	0,02	1,07	9	
			Csikós tokány	892,09	213,42	9,40	17,02	4,65	5,61	0,00	0,83			
			Párolt rizs	1 190,74	284,87	5,18	6,88	0,80	50,22	0,00	1,43			
			U	Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
			Kockasajt	314,79	75,31	4,18	6,25	3,72	0,50	0,00	0,70	7		
			Összesen:	4 479,71	1 071,71	29,83	47,23	13,20	124,48	7,51	5,51			

Heti étlap 2022.08.15. - 2022.08.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>911</b> <b>Mindenmentes</b> <b>4-6 éves</b>	Rizstej, Liga margarin, Diétás pékáru BL			Herba tea, Növényi szendvicsskrém, Diétás pékáru BL, Paradicsom			Herba tea, Sonkakrém Liga margarinnal, Diétás pékáru BL, Uborka			Rizstej, Csoki puding, Kölesgolyó			Herba tea, Zala felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL		
		Energia: 431.55 Kcal / 1,803.88 KJ			Energia: 417.59 Kcal / 1,745.53 KJ			Energia: 233.24 Kcal / 974.94 KJ			Energia: 249.69 Kcal / 1,043.70 KJ			Energia: 300.12 Kcal / 1,254.50 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.19 g	10.38 g	2.22 g	11.74 g	8.72 g	6.41 g	7.89 g	3.67 g	0.91 g	0.98 g	3.61 g	0.48 g	8.31 g	10.92 g	3.12 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
72.16 g	8.03 g	1.26 g	72.80 g	13.39 g	1.65 g	41.89 g	13.39 g	0.95 g	52.62 g	24.06 g	0.01 g	41.79 g	13.39 g	1.08 g		
1		1,4			1			1			1					
<b>Ebéd</b>	<b>911</b> <b>Mindenmentes</b> <b>4-6 éves</b>	Kelkáposzta leves, Csirkepörkölt (comb), Főtt tészta, Alma			Tarhonya leves, Vagdalt, Zöldbabfőzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			Lencsegyúyas tejmentesen, Diétás pékáru BL, ebédhez, Tejbedara rizstejjel, Kakaó szórát			Csontveves, Levesbetét, Sertés aprósült, Paradicsomos káposzta főzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			Magyaros zellerleves, Csikós tokány, Párolt rizs		
		Energia: 458.58 Kcal / 1,916.86 KJ			Energia: 562.55 Kcal / 2,351.46 KJ			Energia: 744.63 Kcal / 3,112.55 KJ			Energia: 445.92 Kcal / 1,863.95 KJ			Energia: 547.98 Kcal / 2,290.56 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		18.39 g	10.23 g	1.31 g	16.87 g	16.34 g	2.44 g	20.74 g	7.12 g	1.81 g	13.52 g	19.36 g	5.10 g	15.32 g	28.37 g	6.14 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
71.59 g	3.21 g	2.15 g	85.36 g	3.45 g	2.08 g	147.43 g	59.88 g	0.89 g	53.48 g	9.49 g	2.42 g	57.40 g	0.01 g	3.31 g		
1		1			1,10,(12)			1,9,(10)			1,9					
<b>Uzsonna</b>	<b>911</b> <b>Mindenmentes</b> <b>4-6 éves</b>	Soproni felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Paprika			Szilvalekvár, Liga margarin, Diétás pékáru BL			Sertés párizsi, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Paprika			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Alma			Sült hús krém, Diétás pékáru BL		
		Energia: 453.89 Kcal / 1,897.26 KJ			Energia: 393.13 Kcal / 1,643.28 KJ			Energia: 252.13 Kcal / 1,053.90 KJ			Energia: 262.02 Kcal / 1,095.24 KJ			Energia: 254.25 Kcal / 1,062.77 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.60 g	17.79 g	5.43 g	11.39 g	8.46 g	1.99 g	8.20 g	11.43 g	3.33 g	6.18 g	8.68 g	1.95 g	7.00 g	12.44 g	3.39 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
57.29 g	0.00 g	2.52 g	67.15 g	8.22 g	1.27 g	28.81 g	0.00 g	1.14 g	38.97 g	0.00 g	0.70 g	28.26 g	0.00 g	0.83 g		
1		1,(12)			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-mesztelen édesítőszer

Oldalak

Quadro Byte Zrt

**Jó étvágyat kívánunk!**

Élelmezésvezető

2022.02.23 7:13:00 | QB - Élelem



## Tételes étlap 2022.08.15 - 2022.08.21

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
8/15/2022	László (00911) Tej, Tojás, C, OM, Sz, Ban, FokM 4-6	T Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00	
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
		Diétás pékáru BL	1 187,22	284,02	11,11	1,46	0,09	56,26	0,00	1,16	1
		E Kelkáposzta leves	206,44	49,39	2,23	0,34	0,05	9,24	0,01	0,65	1
		Csirkepörkölt (comb)	383,50	91,75	13,00	3,22	0,79	2,57	0,00	1,33	
		Főtt tészta	1 108,80	265,26	2,56	6,07	0,47	49,28	3,20	0,15	
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
		U Soproni felvágott	419,84	100,44	4,11	9,24	3,44	0,09	0,00	1,26	
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
		Diétás pékáru BL	1 187,22	284,02	11,11	1,46	0,09	56,26	0,00	1,16	1
		Paprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00	
		Összesen:	5 617,97	1 344,02	45,18	38,40	8,96	201,04	11,24	5,93	
8/16/2022	László (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 szendvicsskrém	305,98	73,20	0,33	7,20	6,30	1,95	0,00	0,48	
		Diétás pékáru BL	1 187,22	284,02	11,11	1,46	0,09	56,26	0,00	1,16	1
		Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,02	1,20	0,00	0,01	
		E Tarhonya leves	441,28	105,57	1,82	3,13	0,39	17,03	0,45	0,36	
		Vagdalt	367,24	87,86	9,14	5,35	1,16	0,78	0,00	0,94	
		Zöldbabfőzelék	678,32	162,28	4,71	7,56	0,86	18,53	0,00	0,74	1
		Diétás pékáru BL, ebédhez	864,60	206,84	1,20	0,30	0,03	49,02	3,00	0,04	
		U Szilvalekvár	190,46	45,56	0,26	0,00	0,00	10,85	8,22	0,01	(12)
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
		Diétás pékáru BL	1 187,22	284,02	11,11	1,46	0,09	56,26	0,00	1,16	1
		Összesen:	5 740,29	1 373,27	40,00	33,52	10,84	225,31	25,06	5,00	
8/17/2022	László (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	
		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	0,05	28,13	0,00	0,58	1
		Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
		E Lencsegulyás 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	
		Tejbedara rizstejjel	1 370,85	327,96	4,81	2,78	0,28	69,73	23,41	0,25	1
		Kakaó szórát	652,79	156,17	0,93	1,09	0,64	35,49	34,97	0,00	
		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	
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	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:	5 141,35	1 230,00	36,83	22,22	6,05	218,13	73,27	2,98			
8/18/2022	László (00911) Tej, Tojás, C, OM, Sz, Ban, FokM 4-6	T Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00	
		Csoki puding	603,80	144,45	0,14	1,49	0,21	31,96	15,99	0,01	
		Kölesgolyó	88,86	21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,04	0,00	
		E Csontleves	87,34	20,90	0,88	0,56	0,03	3,09	0,02	1,06	9
		Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01	
		Sertés aprósült	710,18	169,90	8,95	14,35	4,56	1,20	0,12	0,09	(1),(10)
		Paradicsomos káposzta főzelék	546,78	130,81	2,85	4,18	0,48	20,06	7,55	1,24	1
		Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
		U 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	
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58	1
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
Összesen:	4 002,81	957,63	20,68	31,65	7,53	145,07	33,55	3,13			
8/19/2022	László (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	
		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	
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58	1
		E Magyaros zellerleves	250,30	58,37	0,74	4,80	0,54	3,22	0,01	1,06	9
		Csikós tokány	855,81	204,74	9,40	16,69	4,80	3,96	0,00	0,82	1
		Párolt rizs	1 190,74	284,87	5,18	6,88	0,80	50,22	0,00	1,43	
		U Sült hús krém	469,14	112,24	1,44	11,71	3,34	0,13	0,00	0,25	
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58	1
		Összesen:	4 614,10	1 102,35	30,63	51,73	12,65	127,45	13,40	5,22	

Heti étlap 2022.08.15. - 2022.08.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b> Tízórai	(00957) Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	Rizstej, Liga margarin, Gluténmentes pékáru			Herba tea, Növényi szendvicskrém, Gluténmentes pékáru, Paradicsom			Herba tea, Sonkakrém Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru, Uborka			Rizstej, Csoki puding , Kölesgolyó			Herba tea, Zala felvágott, Liga margarin, Gluténmentes pékáru		
		Energia: 293.53 Kcal / 1,226.96 KJ			Energia: 252.98 Kcal / 1,057.46 KJ			Energia: 237.23 Kcal / 991.62 KJ			Energia: 249.69 Kcal / 1,043.70 KJ			Energia: 304.11 Kcal / 1,271.18 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.72 g	9.92 g	2.33 g	4.06 g	5.84 g	4.41 g	5.97 g	3.94 g	1.06 g	0.98 g	3.61 g	0.48 g	6.39 g	11.19 g	3.27 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
43.40 g	8.43 g	0.59 g	42.99 g	13.79 g	0.82 g	41.26 g	13.79 g	0.86 g	52.62 g	24.06 g	0.01 g	41.16 g	13.79 g	0.99 g		
Ebéd	(00957) Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	Kelkáposzta leves , Csirkepörkölt (comb), Főtt tészta, Alma			Tarhonya leves, Vagdalt, Zöldbabfőzelék, GM pékáru, ebédhez			Lencsegulyás, Rizstejbe kukoricadara, GM pékáru, ebédhez, Fahéjas porcukor			Csontleves , Levesbetét, Sertés aprósült, Paradicsomos káposzta főzelék, GM pékáru, ebédhez			Magyaros zellerleves, Csikós tokány, Párolt rizs		
		Energia: 570.18 Kcal / 2,383.35 KJ			Energia: 415.84 Kcal / 1,738.21 KJ			Energia: 714.62 Kcal / 2,987.11 KJ			Energia: 485.02 Kcal / 2,027.38 KJ			Energia: 570.54 Kcal / 2,384.86 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		30.07 g	20.63 g	2.64 g	14.70 g	14.35 g	2.15 g	17.86 g	10.95 g	1.79 g	13.78 g	20.24 g	5.14 g	15.59 g	28.75 g	6.01 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
64.70 g	2.89 g	1.98 g	55.88 g	1.88 g	1.89 g	134.23 g	64.05 g	0.92 g	60.63 g	11.24 g	2.77 g	61.76 g	0.02 g	3.33 g		
Uzsonna	(00957) Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	Soproni felvágott, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Paprika			Áfonyalekvár, Liga margarin, Gluténmentes pékáru			Sertés párizsi, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Paprika			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Őszibarack			Sült hús krém, Gluténmentes pékáru		
		Energia: 280.43 Kcal / 1,172.20 KJ			Energia: 245.26 Kcal / 1,025.19 KJ			Energia: 256.12 Kcal / 1,070.58 KJ			Energia: 250.86 Kcal / 1,048.59 KJ			Energia: 258.24 Kcal / 1,079.44 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.64 g	14.22 g	4.39 g	3.71 g	8.00 g	2.10 g	6.28 g	11.70 g	3.48 g	4.29 g	8.44 g	2.10 g	5.08 g	12.71 g	3.54 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
28.20 g	0.40 g	1.43 g	36.31 g	7.78 g	0.60 g	28.18 g	0.40 g	1.05 g	35.94 g	0.40 g	0.60 g	27.63 g	0.40 g	0.74 g		

12

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 |               |

ő étvágyat kívánunk!


Élelmezésvezető



## Tételes étlap 2022.08.15 - 2022.08.21

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
8/15/2022	László (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	
		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 Kelkáposzta leves	355,21	84,98	1,81	5,27	0,42	7,66	0,01	0,55	
		Csirkepörkölt (comb)	812,08	194,28	25,36	9,30	1,80	2,19	0,00	1,27	
		Főtt tészta	997,92	238,74	2,30	5,46	0,42	44,35	2,88	0,14	
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
		U Soproni felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84	
		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	
		Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
		Összesen:	4 782,42	1 144,14	40,43	44,77	9,36	136,30	11,72	4,00	
8/16/2022	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	
		Növényi szendvicsskrém	203,99	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	
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01	
		E Tarhonya leves	367,56	87,94	1,52	2,61	0,29	14,20	0,38	0,31	
		Vagdalt	367,24	87,86	9,14	5,35	1,16	0,78	0,00	0,94	
		Zöldbabfőzelék	571,09	136,62	3,44	6,24	0,68	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 Áfonyalekvár	149,28	35,71	0,05	0,00	0,00	8,77	7,38	0,01	(12)
		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	
		Összesen:	3 820,83	914,08	22,47	28,19	8,66	135,18	23,45	3,31	
8/17/2022	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	
		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	
		Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
		E Lencsegulyás	904,91	216,49	14,88	7,89	1,42	21,21	0,00	0,63	10,(12)
		Rizstejbe kukoricadara	972,43	232,64	2,36	2,90	0,35	48,23	22,59	0,27	
		GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
		Fahéjas porcukor	677,44	162,07	0,02	0,01	0,00	40,28	39,96	0,00	
		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	
		Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
Összesen:	5 049,23	1 207,97	30,11	26,59	6,33	203,67	78,24	2,83			
8/18/2022	László (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	603,80	144,45	0,14	1,49	0,21	31,96	15,99	0,01	
		Kölesgolyó	88,86	21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,04	0,00	
		E Csontleves	95,71	22,90	0,98	0,53	0,01	3,49	0,00	1,09	9
		Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01	
		Sertés aprósült	697,34	166,83	8,85	14,27	4,53	0,55	0,00	0,09	
		Paradicsomos káposzta főzelék	714,67	170,98	3,11	5,17	0,57	27,46	9,44	1,56	
		GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
		U 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	
		Őszibarack	154,79	37,03	0,63	0,09	0,00	8,10	0,00	0,01	
Összesen:	4 119,57	985,57	19,05	32,29	7,72	149,19	35,70	3,38			
8/19/2022	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	
		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	
		E Magyaros zellerleves	301,99	72,25	1,01	4,85	0,56	5,93	0,02	1,07	9
		Csikós tokány	892,09	213,42	9,40	17,02	4,65	5,61	0,00	0,83	
		Párolt rizs	1 190,74	284,87	5,18	6,88	0,80	50,22	0,00	1,43	
		U Sült hús krém	469,14	112,24	1,44	11,71	3,34	0,13	0,00	0,25	
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49	
		Összesen:	4 735,41	1 132,89	27,06	52,65	12,82	130,55	14,21	5,06	

Heti étlap 2022.08.15.-2022.08.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>(00143) Tej, natív cukormentés s 4-6</b>	Herba tea, Olasz felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB			Herba tea, Növényi szendvicskrém, Paradicsom, Diétás pékáru BL DIAB			Herba tea, Sonkakrém Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB, Uborka			Herba tea, Vaníliás puding diabRIZSTEJ, Diétás pékáru BL DIAB			Herba tea, Zala felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB		
		Energia: 339.34 Kcal / 1,418.44 KJ			Energia: 177.12 Kcal / 740.36 KJ			Energia: 168.68 Kcal / 705.08 KJ			Energia: 75.52 Kcal / 315.67 KJ			Energia: 286.94 Kcal / 1,199.41 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.48 g	26.71 g	8.40 g	3.50 g	10.03 g	8.44 g	6.78 g	7.99 g	2.10 g	2.07 g	0.57 g	0.06 g	8.46 g	20.77 g	6.15 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
15.28 g	0.04 g	2.19 g	17.78 g	0.04 g	0.93 g	16.64 g	0.04 g	0.85 g	14.79 g	1.24 g	0.21 g	15.62 g	0.04 g	1.31 g		
1,15			1,15			1,15			1,15			1,15				
<b>Ebéd</b>	<b>(00143) Tej, natív cukormentés es 4-6</b>	Kelkáposzta leves, Csirkepörkölt (comb), Teljes kiőrlésű főtt tészta, Alma			Tarhonya leves, Vagdalt, Zöldbabfőzelék, Diétás pékáru BL DIAB			Lencsegulyás, Kölesfelfújt, Fahéj szórát			Csontleves, Levesbetét, Sertés aprósült, Paradicsomos káposzta főzelék, Diétás pékáru BL DIAB, Őszibarack			Magyaros zellerleves, Csikós tokány, Párolt rizs		
		Energia: 386.72 Kcal / 1,616.49 KJ			Energia: 324.87 Kcal / 1,357.96 KJ			Energia: 311.09 Kcal / 1,300.36 KJ			Energia: 386.59 Kcal / 1,615.95 KJ			Energia: 429.92 Kcal / 1,797.07 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		31.49 g	14.43 g	2.09 g	15.80 g	13.25 g	2.04 g	19.47 g	9.42 g	2.01 g	15.82 g	19.08 g	4.93 g	13.05 g	25.57 g	5.45 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
37.14 g	0.76 g	2.35 g	35.02 g	0.25 g	2.01 g	36.60 g	1.33 g	0.79 g	37.36 g	0.14 g	2.44 g	36.65 g	0.02 g	2.61 g		
1,3			1			3,10,15,(12)			1,3,9,15,(10)			9				
<b>Uzsonna</b>	<b>(00143) Tej, natív cukormentés s 4-6</b>	Soproni felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, Paprika			Tonhalkrém, Diétás pékáru BL DIAB			Sertés párizsi, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, Paprika			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB			Sült hús krém, Diétás pékáru BL DIAB		
		Energia: 344.59 Kcal / 1,440.39 KJ			Energia: 314.69 Kcal / 1,315.40 KJ			Energia: 295.96 Kcal / 1,237.11 KJ			Energia: 211.38 Kcal / 883.57 KJ			Energia: 300.21 Kcal / 1,254.88 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.96 g	26.83 g	8.40 g	3.74 g	26.38 g	7.08 g	8.24 g	21.79 g	6.57 g	3.00 g	15.08 g	3.82 g	5.84 g	23.81 g	6.70 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
16.40 g	0.00 g	2.19 g	15.15 g	0.00 g	0.71 g	16.36 g	0.00 g	1.42 g	15.68 g	0.00 g	0.51 g	15.26 g	0.00 g	0.81 g		
1			1,4			1			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 2022.08.15 - 2022.08.21

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
8/15/2022 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	
		Olasz 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	
		E Kelkáposzta leves	172,03	41,15	1,85	0,28	0,04	7,70	0,01	0,54	1	
		Csirkepörkölt (comb)	812,08	194,28	25,36	9,30	1,80	2,19	0,00	1,27		
		Tejjes kiórlésű főtt tészta	414,28	99,11	3,68	4,25	0,25	16,75	0,75	0,52	1,3	
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		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	
		Paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
Összesen:	4 475,27	1 070,65	48,93	67,97	18,89	68,82	0,80	6,73				
8/16/2022 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 szendvicskrém	407,97	97,60	0,44	9,60	8,40	2,60	0,00	0,64		
		Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
		Diétás pékáru BL DIAB	284,93	68,17	2,66	0,35	0,02	13,50	0,00	0,28	1	
		E Tarhonya leves	291,16	69,66	1,20	2,55	0,29	10,17	0,25	0,33		
		Vagdalt	367,24	87,86	9,14	5,35	1,16	0,78	0,00	0,94		
		Zöldbabfőzelék	452,21	108,18	3,14	5,04	0,57	12,35	0,00	0,49	1	
		Diétás pékáru BL DIAB	247,34	59,17	2,32	0,31	0,02	11,72	0,00	0,25	1	
		U 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	
		Összesen:	3 413,71	816,68	23,04	49,66	17,56	67,95	0,29	3,65		
		8/17/2022 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
Sonkakrém Liga margarinnal	358,01			85,65	3,42	7,56	2,08	0,88	0,00	0,53		
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		
E Lencsegulyás	817,38			195,55	14,88	5,58	1,19	21,21	0,00	0,63	10,(12)	
Kölesfelfűjt	476,87			114,08	4,57	3,83	0,82	15,07	1,33	0,16	3,15	
Fahéj szórát	6,11			1,46	0,02	0,01	0,00	0,32	0,00	0,00		
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	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:	3 242,51			775,73	34,49	39,20	10,68	69,60	1,37	3,06		
8/18/2022 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	
		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	
		E Csontleves	87,34	20,90	0,88	0,56	0,03	3,09	0,02	1,06	9	
		Levesbetét	81,94	19,60	0,85	0,25	0,05	3,47	0,00	0,04	1,3	
		Sertés aprósült	710,18	169,90	8,95	14,35	4,56	1,20	0,12	0,09	(1),(10)	
		Paradicsomos káposzta főzelék	360,14	86,16	2,29	3,53	0,27	11,13	0,00	0,99	15	
		Diétás pékáru BL DIAB	247,34	59,17	2,32	0,31	0,02	11,72	0,00	0,25	1	
		Őszibarack	129,00	30,86	0,53	0,08	0,00	6,75	0,00	0,01		
		U 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	316,59	75,74	2,96	0,39	0,02	15,00	0,00	0,31	1	
Összesen:	2 815,16	673,49	20,89	34,73	8,81	67,83	1,38	3,16				
8/19/2022 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	
		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 Magyaros zellerleves	326,13	78,02	1,13	5,21	0,41	6,63	0,02	1,09	9	
		Csikós tokány	892,09	213,42	9,40	17,02	4,65	5,61	0,00	0,83		
		Párolt rizs	578,83	138,48	2,52	3,34	0,39	24,41	0,00	0,69		
		U Sült hús krém	938,27	224,47	2,88	23,42	6,68	0,26	0,00	0,50		
		Diétás pékáru BL DIAB	316,59	75,74	2,96	0,39	0,02	15,00	0,00	0,31	1	
		Összesen:	4 251,31	1 017,07	27,35	70,15	18,30	67,53	0,06	4,73		

Heti étlap 2022.08.15. - 2022.08.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>(00750)</b> Kímélő étrend (TTOMRFSZ) 4-6	Herba tea, Olasz felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL			Herba tea, Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL, Salátalevél			Herba tea, Sonkakrém Liga margarinnal, Diétás pékáru BL, Uborka			Herba tea, Vaníliás puding rizstejjel, Kölesgolyó			Herba tea, Zala felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL		
		Energia: 326.67 Kcal / 1,365.48 KJ			Energia: 245.12 Kcal / 1,024.60 KJ			Energia: 233.24 Kcal / 974.94 KJ			Energia: 89.46 Kcal / 373.94 KJ			Energia: 300.12 Kcal / 1,254.50 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.32 g	13.89 g	4.24 g	5.82 g	5.54 g	4.25 g	7.89 g	3.67 g	0.91 g	0.80 g	0.35 g	0.06 g	8.31 g	10.92 g	3.12 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
41.63 g	13.39 g	1.52 g	42.88 g	13.39 g	0.90 g	41.89 g	13.39 g	0.95 g	21.30 g	14.93 g	0.00 g	41.79 g	13.39 g	1.08 g		
1			1			1			1			1				
<b>Ebéd</b>	<b>(00750)</b> Kímélő étrend (TTOMRFSZ) 4-6	Zöldségleves, Levesbetét, Csirkepörkölt (comb), Főtt tészta, Alma			Tarhonya leves, Vagdalt, Cukkinifőzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			Gulyásleves kímélő, Kölesfelfújt, Fahéjas porcukor			Csontleves, Levesbetét, Sertés aprósült, Sós kamartás, Főtt burgonya 1/2 adag, Őszibarack			Magyaros zellerleves, Csikós tokány, Párolt rizs		
		Energia: 561.74 Kcal / 2,348.07 KJ			Energia: 406.02 Kcal / 1,697.16 KJ			Energia: 687.85 Kcal / 2,875.21 KJ			Energia: 348.93 Kcal / 1,458.53 KJ			Energia: 556.66 Kcal / 2,326.84 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		29.26 g	20.23 g	2.84 g	14.12 g	14.54 g	2.18 g	13.36 g	13.39 g	3.02 g	14.31 g	15.66 g	4.64 g	15.32 g	28.70 g	5.99 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
64.42 g	3.18 g	2.48 g	53.67 g	2.37 g	1.32 g	127.07 g	70.14 g	0.42 g	36.29 g	3.87 g	1.84 g	59.05 g	0.01 g	3.32 g		
1			1			3,9			1,9,(10)			9				
<b>Uzsonna</b>	<b>(00750)</b> Kímélő étrend (TTOMRFSZ) 4-6	Soproni felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Paprika			Tonhalkrém, Diétás pékáru BL			Sertés párizsi, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Paprika			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Diétás pékáru BL			Sült hús krém, Diétás pékáru BL		
		Energia: 276.44 Kcal / 1,155.52 KJ			Energia: 261.49 Kcal / 1,093.03 KJ			Energia: 252.13 Kcal / 1,053.90 KJ			Energia: 209.84 Kcal / 877.13 KJ			Energia: 254.25 Kcal / 1,062.77 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.56 g	13.95 g	4.24 g	5.95 g	13.73 g	3.58 g	8.20 g	11.43 g	3.33 g	5.58 g	8.08 g	1.95 g	7.00 g	12.44 g	3.39 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
28.83 g	0.00 g	1.52 g	28.21 g	0.00 g	0.78 g	28.81 g	0.00 g	1.14 g	28.47 g	0.00 g	0.68 g	28.26 g	0.00 g	0.83 g		
1			1,4			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-szulfit

- 13-csillagfürt
- 14-puhatestűek
- 15-mesterséges édesítőszer

- 16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!

.....  
Élelmezésvezető