

## Tételes étlap 2022.09.05 - 2022.09.11

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének				
9/5/2022	László (00802)	Tejmentes 4-6 év	T Rizstej, 4-6	349,30	83,56	0,06	1,91	0,24	15,78	7,99	0,00			
			Liga margarin 4-6	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
			Diétás pékáru BL 4-6	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1		
			E Bableves 4-6	558,34	133,57	5,28	4,26	0,51	18,29	0,01	1,25	1,9		
			Levesbetét 4-6	114,71	27,44	1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3		
			Sonkás kocka TM+	1 264,03	302,40	16,84	6,44	0,88	44,10	0,00	2,39	1,(3)		
			Alma db 4-6	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02			
			U Sült hús krém TM+	469,14	112,24	1,44	11,71	3,34	0,13	0,00	0,25			
			Diétás pékáru BL 4-6	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1		
			Paprika 4-6	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
			Összesen:	4 442,85	1 062,87	36,79	33,79	7,01	150,55	8,00	5,22			
			9/6/2022	László (00802)	Tejmentes 4-6 év	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00
Olasz felvágott 4-6	279,89	66,96				2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84			
Liga margarin 4-6	265,61	63,54				0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
Diétás pékáru BL 4-6	593,61	142,01				5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1		
Paradicsom 4-6	18,31	4,38				0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00			
E Csontleves 4-6	115,62	27,66				1,17	0,74	0,03	4,04	0,02	0,69	9		
Levesbetét 4-6	114,71	27,44				1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3		
Főtt sertéshús*	665,70	159,26				21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,80			
Meggymártás TM	358,87	85,85				1,26	0,44	0,04	18,38	6,45	0,05	1		
Párolt rizs 1/2 4-6	557,11	133,28				2,40	3,34	0,39	23,25	0,00	0,69			
U Sajtkrém házi TM	347,68	83,18				0,03	9,15	2,47	0,09	0,00	0,13			
Diétás pékáru BL 4-6	593,61	142,01				5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1		
Összesen:	4 135,61	989,37	41,13	36,78	10,16	121,56	19,86	4,51						
9/7/2022	László (00802)	Tejmentes 4-6 év	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
			Tonhalkrém TM	499,42	119,48	0,39	13,00	3,53	0,08	0,00	0,20	4		
			Diétás pékáru BL 4-6	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1		
			E Tarhonya leves 4-6	338,98	81,10	2,59	1,14	0,34	14,79	0,00	0,41	1,3		
			Rakott kelkáposzta TM	1 193,30	285,48	14,19	14,54	4,30	24,13	0,00	1,32			
			U Álom sonka 4-6	92,40	22,11	3,40	0,56	0,18	0,84	0,00	0,43			
			Liga margarin 4-6	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
			Diétás pékáru BL 4-6	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1		
			Körte db 4-6	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01			
			Összesen:	4 134,09	989,02	32,31	38,15	10,33	127,53	13,39	3,63			
			9/8/2022	László (00802)	Tejmentes 4-6 év	T Puncsos rizstej	604,55	144,63	0,07	1,92	0,24	30,94	21,45	0,00
						Liga margarin 4-6	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10
Diétás pékáru BL 4-6	593,61	142,01				5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1		
E Daragaluska leves 4-6	287,55	67,88				2,65	0,79	0,16	12,63	0,01	0,76	1,3,9		
Tavaszi rizseshús 4-6	1 435,82	341,68				16,01	9,86	2,11	45,39	0,00	0,20			
Céklasaláta 4-6	106,15	25,40				0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49	15,(12)		
U Violife növényi sajt szelet+	17,87	4,28				0,00	0,35	0,00	0,30	0,00	0,00			
Liga margarin 4-6	265,61	63,54				0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
Diétás pékáru BL 4-6	593,61	142,01				5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1		
Összesen:	4 170,38	994,97				30,41	28,42	6,39	151,16	24,66	2,81			
9/9/2022	László (00802)	Tejmentes 4-6 év				T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00
						Csoki puding TM	724,56	173,34	0,16	1,79	0,25	38,35	19,18	0,01
			Diétás pékáru BL 4-6	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1		
			E Tojásleves 4-6	121,34	29,03	1,26	1,59	0,30	2,43	0,01	0,32	1,3,9		
			Sült bécsi rudacska 4-6	616,70	147,54	7,50	12,93	4,70	0,12	0,00	1,50			
			Zöldborsó főzelék TM+	1 058,07	249,30	8,18	11,89	0,91	28,32	6,29	0,64	1		
			Diétás pékáru BL, ebédhez 4-6	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02			
			U Soproni felvágott 4-6	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84			
			Liga margarin 4-6	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
			Diétás pékáru BL 4-6	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1		
			Paprika 4-6	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
			Összesen:	4 926,96	1 174,87	31,82	43,03	10,45	164,08	40,37	4,59			



## Heti étlap 2022.09.05.-2022.09.11.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>eatrend</b>  <b>Tízórai</b>	<b>(00906)</b> <b>Gluténmentes</b> <b>4-6 éves</b>	Tej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea, Olasz felvágott, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paradicsom			Herba tea, Álom sonka, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Puncsos tej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea, Csokoládés puding, Gluténmentes pékáru		
		Energia: 306.60 Kcal / 1,281.59 KJ			Energia: 334.68 Kcal / 1,398.96 KJ			Energia: 285.45 Kcal / 1,193.18 KJ			Energia: 354.25 Kcal / 1,480.77 KJ			Energia: 385.29 Kcal / 1,610.51 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.46 g	11.00 g	3.73 g	6.60 g	14.20 g	4.40 g	7.06 g	8.56 g	2.28 g	10.47 g	11.00 g	3.73 g	9.87 g	3.77 g	1.70 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
38.14 g	0.40 g	0.86 g	41.79 g	13.79 g	1.43 g	41.77 g	13.79 g	1.02 g	49.98 g	10.43 g	0.86 g	74.57 g	25.78 g	0.73 g		
<b>7</b>			<b>7</b>			<b>7</b>			<b>7</b>			<b>7</b>				
<b>Ebéd</b>	<b>(00906)</b> <b>Gluténmentes</b> <b>4-6 éves</b>	Levesbetét, Bableves, Sonkás kocka, Alma			Levesbetét, Csontleves , Főtt sertés, Meggy mártás, Párolt rizs 1/2			Tarhonya leves, Rakott kelkáposzta kölessel			Levesbetét, Zöldségleves, Tavaszi rizseshús, Céklasaláta			Rántottleves, Kölesgolyó, Sült bécsi rudacska, Zöldborsó főzelék, GM pékáru, ebédhez		
		Energia: 492.08 Kcal / 2,056.89 KJ			Energia: 432.79 Kcal / 1,809.06 KJ			Energia: 381.60 Kcal / 1,595.09 KJ			Energia: 459.25 Kcal / 1,919.67 KJ			Energia: 542.31 Kcal / 2,266.86 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.24 g	11.03 g	1.35 g	25.71 g	12.53 g	3.31 g	15.95 g	19.01 g	4.92 g	17.94 g	14.90 g	2.68 g	18.51 g	24.25 g	6.16 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
79.24 g	3.31 g	3.47 g	52.92 g	6.90 g	2.64 g	35.93 g	0.38 g	2.19 g	61.52 g	3.68 g	1.73 g	63.08 g	7.83 g	2.72 g		
<b>9</b>			<b>9</b>			<b>9,15,(12)</b>			<b>7</b>							
<b>Uzsonna</b>	<b>(00906)</b> <b>Gluténmentes</b> <b>4-6 éves</b>	Sült hús krém, Gluténmentes pékáru, Paprika			Füstölt sajtkrém, Gluténmentes pékáru			Sonkás kockasajt, Gluténmentes pékáru, Körte			Sajt szelet, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Soproni felvágott, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paprika		
		Energia: 262.16 Kcal / 1,095.83 KJ			Energia: 221.56 Kcal / 926.12 KJ			Energia: 285.74 Kcal / 1,194.39 KJ			Energia: 280.08 Kcal / 1,170.73 KJ			Energia: 280.42 Kcal / 1,172.16 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.32 g	12.77 g	3.54 g	5.07 g	8.54 g	4.71 g	7.58 g	6.45 g	3.17 g	8.90 g	13.32 g	5.48 g	6.64 g	14.22 g	4.39 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.23 g	0.40 g	0.74 g	27.89 g	0.40 g	0.74 g	45.90 g	0.40 g	1.06 g	27.88 g	0.40 g	0.99 g	28.20 g	0.40 g	1.43 g		
<b>7</b>			<b>7</b>			<b>7</b>			<b>7</b>			<b>7</b>				

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

**Jó étvágyat kívánunk!**

.....  
**Elelmezésvezető**

Heti étlap 2022.09.05. - 2022.09.11.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek					
 <b>Tízórai</b>	<b>(00957)</b> Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	Rizstej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea, Olasz felvágott, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paradicsom			Herba tea, Tonhalkrém, Gluténmentes pékáru			Puncsos rizstej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea, Csoki puding , Gluténmentes pékáru					
		Energia: 293.10 Kcal / 1,225.16 KJ			Energia: 334.68 Kcal / 1,398.96 KJ			Energia: 319.28 Kcal / 1,334.59 KJ			Energia: 354.17 Kcal / 1,480.43 KJ			Energia: 373.14 Kcal / 1,559.73 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		3.72 g	9.91 g	2.34 g	6.60 g	14.20 g	4.40 g	4.03 g	14.00 g	3.73 g	3.73 g	9.92 g	2.34 g	3.80 g	2.79 g	0.45 g			
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát		Cukor	Só				
43.32 g		8.39 g	0.59 g	41.79 g		13.79 g	1.43 g	40.97 g		13.79 g	0.69 g	58.48 g		21.85 g	0.59 g	79.24 g		32.97 g	0.50 g
		4																	
<b>Ebéd</b>	<b>(00957)</b> Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	Bableves, Levesbetét, Sonkás kocka, Alma			Csontleves , Levesbetét, Főtt sertés, Meggy mártás, Párolt rizs 1/2			Tarhonya leves, Rakott kelkáposzta kölessel			Zöldségleves, Levesbetét, Tavaszi rizseshús, Cékla saláta			Rántottleves, Kölesgolyó, Sült bécsi rudacska, Zöldborsó főzelék, GM pékáru, ebédhez					
		Energia: 481.65 Kcal / 2,013.30 KJ			Energia: 422.36 Kcal / 1,765.46 KJ			Energia: 381.60 Kcal / 1,595.09 KJ			Energia: 448.82 Kcal / 1,876.07 KJ			Energia: 574.93 Kcal / 2,403.21 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		17.12 g	10.97 g	1.35 g	25.59 g	12.47 g	3.31 g	15.95 g	19.01 g	4.92 g	17.82 g	14.84 g	2.68 g	17.13 g	28.97 g	6.08 g			
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát		Cukor	Só				
76.93 g		3.16 g	3.47 g	50.61 g		6.75 g	2.64 g	35.93 g		0.38 g	2.19 g	59.21 g		3.53 g	1.73 g	62.45 g		7.83 g	2.66 g
		9																	
<b>Uzsonna</b>	<b>(00957)</b> Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	Sült hús krém, Gluténmentes pékáru, Paprika			Házi növényi sajtkrém, Gluténmentes pékáru			Csirkemell sonka, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Körte			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Olasz felvágott, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paprika					
		Energia: 262.16 Kcal / 1,095.83 KJ			Energia: 229.18 Kcal / 957.97 KJ			Energia: 311.14 Kcal / 1,300.57 KJ			Energia: 213.82 Kcal / 893.77 KJ			Energia: 280.42 Kcal / 1,172.16 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		5.32 g	12.77 g	3.54 g	3.67 g	10.15 g	2.67 g	7.66 g	9.01 g	2.28 g	3.66 g	8.35 g	2.10 g	6.64 g	14.22 g	4.39 g			
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát		Cukor	Só				
28.23 g		0.40 g	0.74 g	27.59 g		0.40 g	0.62 g	46.38 g		0.40 g	1.03 g	27.84 g		0.40 g	0.59 g	28.20 g		0.40 g	1.43 g
		9,15,(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-szulfid 15-mesterséges édesítőszer

1/1

Oldalak

Quadro Byte Zrt

Ó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

2022.02.22 11:37:20 | QB - Élelem



Heti étlap 2022.09.05. -2022.09.09.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b> Tízórai	(01185) PKU	Kenyér, PKU, Rizstej, Liga margarin			Kenyér, PKU, Herba tea, Padlizsánkrém házi, Paradicsom			Kenyér, PKU, Herba tea, Mogyorókrém			Kenyér, PKU, Puncsos rizstej, Liga margarin			Kenyér, PKU, Herba tea, Csoki puding		
		Energia: 201.61 Kcal / 842.73 KJ			Energia: 166.18 Kcal / 694.63 KJ			Energia: 215.42 Kcal / 900.46 KJ			Energia: 262.68 Kcal / 1,098.00 KJ			Energia: 281.65 Kcal / 1,177.30 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.42 g	9.91 g	2.19 g	0.83 g	6.35 g	1.48 g	1.64 g	7.20 g	0.18 g	0.43 g	9.92 g	2.19 g	0.50 g	2.79 g	0.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
26.67 g	8.57 g	0.34 g	26.11 g	13.97 g	0.42 g	35.64 g	23.57 g	0.24 g	41.83 g	22.03 g	0.34 g	62.59 g	33.15 g	0.25 g		
1,(7)		1,10,(7),(12)			1,5,6,7,8			1,(7)			1,(7)					
Ebéd	(01185) PKU	Zöldségleves, Levesbetét, Reszelt növényi sajt, Tejföl, Főtt tészta, Alma			Zöldségleves, Levesbetét, PKU Burger Mix, Meggy mártás, Párolt rizs PKU			Tarhonya leves PKU, Rakott kelkáposzta			Zöldségleves, Levesbetét, Zöldség pörkölt, Gombapörkölt, Párolt rizs PKU, Céklasaláta			Kenyér, PKU, Rántottleves, PKU Burger Mix, Brokkoli főzelék		
		Energia: 342.86 Kcal / 1,433.15 KJ			Energia: 481.90 Kcal / 2,014.34 KJ			Energia: 358.34 Kcal / 1,497.86 KJ			Energia: 502.78 Kcal / 2,101.62 KJ			Energia: 267.02 Kcal / 1,116.14 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		2.86 g	7.24 g	3.62 g	2.24 g	8.38 g	1.06 g	11.81 g	15.69 g	3.65 g	4.43 g	16.41 g	2.03 g	2.73 g	15.96 g	1.69 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64.99 g	0.02 g	0.37 g	96.46 g	6.46 g	1.79 g	41.94 g	0.01 g	1.58 g	82.69 g	3.22 g	2.83 g	26.82 g	0.60 g	1.37 g		
3,7		1,3			3,9,15,(12)			1,9,(7)								
Uzsonna	(01185) PKU	Kenyér, PKU, Sült zöldség, Liga margarin , Paprika			Kenyér, PKU, Növényi szendvicskrém			Kenyér, PKU, Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Körte			Kenyér, PKU, Növényi szendvicskrém			Kenyér, PKU, Zellerkrém liga margarinnal, Paprika		
		Energia: 221.85 Kcal / 927.33 KJ			Energia: 103.31 Kcal / 431.84 KJ			Energia: 201.82 Kcal / 843.61 KJ			Energia: 103.31 Kcal / 431.84 KJ			Energia: 140.18 Kcal / 585.95 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		4.34 g	11.25 g	2.33 g	0.56 g	5.80 g	4.25 g	0.96 g	8.80 g	1.95 g	0.56 g	5.80 g	4.25 g	0.71 g	9.84 g	2.43 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
25.31 g	0.62 g	1.93 g	12.15 g	0.58 g	0.56 g	29.19 g	0.58 g	0.35 g	12.15 g	0.58 g	0.56 g	11.88 g	0.58 g	0.38 g		
1,(7)		1,(7)			1,(7)			1,(7)			1,9,(7)					

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.  
 Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: [minosegbiztositas@eatrend.hu](mailto:minosegbiztositas@eatrend.hu); 20/419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

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

Jó étvágyat kívánunk!

.....  
 Élelmezésvezető

## Tételes étlap 2022.09.05 - 2022.09.11

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének					
9/5/2022	László (01186)	PKU 4-6	T Kenyér, PKU 4-6	227,85	54,51	0,34	1,00	0,05	10,85	0,58	0,24	1,(7)			
			Rizstej, 4-6	349,30	83,56	0,06	1,91	0,24	15,78	7,99	0,00				
			Liga margarin 4-6	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10				
			E Zöldségleves PKU 4-6	70,72	16,92	0,59	0,21	0,02	3,06	0,00	0,23				
			Levesbetét PKU+	176,04	42,11	0,06	0,07	0,06	10,20	0,02	0,05	3			
			Resz.VIOLIFE sajt. tésztához	11,91	2,85	0,00	0,23	0,00	0,20	0,00	0,00				
			Tejföl feltét(tésztához) 4-6	267,54	64,01	1,40	5,50	3,09	2,15	0,00	0,07	7			
			Főtt tészta PKU	688,84	164,79	0,21	0,63	0,45	38,88	0,00	0,00	3			
			Alma db 4-6	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02				
			U Kenyér, PKU 4-6	227,85	54,51	0,34	1,00	0,05	10,85	0,58	0,24	1,(7)			
			Sült zöldség	417,47	99,88	3,74	3,19	0,38	13,82	0,04	1,59				
			Liga margarin 4-6	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10				
			Paprika 4-6	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00				
			Összesen:	3 203,24	766,32	7,62	28,40	8,14	116,97	9,21	2,64				
9/6/2022	Levél (01186)	PKU 4-6	T Kenyér, PKU 4-6	227,85	54,51	0,34	1,00	0,05	10,85	0,58	0,24	1,(7)			
			Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00				
			Padlizsánkrém házi TTM	223,61	53,49	0,29	5,31	1,42	1,07	0,00	0,18	10,(12)			
			Paradicsom 4-6	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00				
			E Zöldségleves PKU 4-6	70,72	16,92	0,59	0,21	0,02	3,06	0,00	0,23				
			Levesbetét PKU+	176,04	42,11	0,06	0,07	0,06	10,20	0,02	0,05	3			
			PKU Burger Mix	154,70	37,01	0,09	0,46	0,00	7,30	0,00	0,00				
			Meggy mártás TCM	357,23	85,46	1,25	0,44	0,03	18,30	6,44	0,05	1			
			Párolt rizs PKU	1 255,70	300,40	0,25	7,20	0,95	57,60	0,00	1,46				
			U Kenyér, PKU 4-6	227,85	54,51	0,34	1,00	0,05	10,85	0,58	0,24	1,(7)			
			Növ. szendvicsskrém 4-6	203,98	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32				
			Összesen:	3 140,88	751,39	3,63	20,53	6,79	134,72	21,01	2,77				
			9/7/2022	Csokoládé (01186)	PKU 4-6	T Kenyér, PKU 4-6	227,85	54,51	0,34	1,00	0,05	10,85	0,58	0,24	1,(7)
						Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
Mogyorókrém 4-6	447,72	107,11				1,30	6,20	0,13	11,40	9,60	0,00	5,6,7,8			
E Tarhonya leves PKU	368,46	88,15				1,26	2,50	0,31	14,79	0,01	0,33				
Rakott kelkáposzta diéta	1 129,41	270,19				10,55	13,19	3,34	27,15	0,00	1,25				
U Kenyér, PKU 4-6	227,85	54,51				0,34	1,00	0,05	10,85	0,58	0,24	1,(7)			
Violife növényi sajt szelet+	17,87	4,28				0,00	0,35	0,00	0,30	0,00	0,00				
Liga margarin 4-6	265,61	63,54				0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10				
Körte db 4-6	332,27	79,49				0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01				
Összesen:	3 241,93	775,58				14,41	31,69	5,78	106,77	24,16	2,17				
9/8/2022	Csokoládé (01186)	PKU 4-6	T Kenyér, PKU 4-6	227,85	54,51	0,34	1,00	0,05	10,85	0,58	0,24	1,(7)			
			Puncsos rizstej	604,55	144,63	0,07	1,92	0,24	30,94	21,45	0,00				
			Liga margarin 4-6	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10				
			E Zöldségleves PKU 4-6	70,72	16,92	0,59	0,21	0,02	3,06	0,00	0,23				
			Levesbetét PKU+	176,04	42,11	0,06	0,07	0,06	10,20	0,02	0,05	3			
			Zöldség pörkölt PKU	352,63	84,36	0,83	7,11	0,80	4,02	0,00	0,10	9			
			Gombapörkölt 4-6	141,94	33,59	2,18	1,78	0,20	2,25	0,00	0,50				
			Párolt rizs PKU	1 255,70	300,40	0,25	7,20	0,95	57,60	0,00	1,46				
			Céklasaláta 4-6	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49	15,(12)			
			U Kenyér, PKU 4-6	227,85	54,51	0,34	1,00	0,05	10,85	0,58	0,24	1,(7)			
			Növ. szendvicsskrém 4-6	203,98	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32				
Összesen:	3 633,02	868,77	5,42	32,13	8,47	136,67	25,83	3,73							
9/9/2022	Csokoládé (01186)	PKU 4-6	T Kenyér, PKU 4-6	227,85	54,51	0,34	1,00	0,05	10,85	0,58	0,24	1,(7)			
			Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00				
			Csoki puding TM	724,56	173,34	0,16	1,79	0,25	38,35	19,18	0,01				
			E Kenyér, PKU 4-6	227,85	54,51	0,34	1,00	0,05	10,85	0,58	0,24	1,(7)			
			Rántottleves	187,55	44,87	0,20	3,82	0,44	2,42	0,02	0,49	1,9			
			PKU Burger Mix	154,70	37,01	0,09	0,46	0,00	7,30	0,00	0,00				
			Brokkoli főzelék PKU	546,06	130,63	2,10	10,68	1,20	6,25	0,00	0,64	1			
			U Kenyér, PKU 4-6	227,85	54,51	0,34	1,00	0,05	10,85	0,58	0,24	1,(7)			
			Zellerkrém liga margarinnal	341,70	81,75	0,13	8,78	2,38	0,43	0,00	0,14	9			
			Paprika 4-6	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00				
			Összesen:	2 879,39	688,85	3,94	28,59	4,42	101,29	34,33	2,00				

Heti étlap 2022.09.05. - 2022.09.11.

eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Reggeli	(00320) Glutén,szója,hal és olajosM 4-6	Almalé, Zöldfűszeres vajkrém, Gluténmentes pékáru, Paprika			Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es, Szendvics sonka, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Almalé, Kolbászkrem házi TM, Gluténmentes pékáru, Lilahagyma			Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es, Sertés párizsi, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Almalé, Sajt szelet, Liga margarin , Gluténmentes pékáru		
		Energia: 342.82 Kcal / 1,432.99 KJ			Energia: 235.54 Kcal / 984.56 KJ			Energia: 379.82 Kcal / 1,587.65 KJ			Energia: 252.18 Kcal / 1,054.11 KJ			Energia: 397.02 Kcal / 1,659.54 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		4.52 g	9.06 g	4.07 g	8.10 g	8.28 g	2.21 g	4.93 g	12.57 g	3.36 g	6.04 g	11.64 g	3.48 g	9.04 g	13.32 g	5.48 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
56.50 g 0.40 g 0.50 g			28.94 g 0.40 g 1.13 g			57.39 g 0.40 g 0.77 g			27.58 g 0.40 g 1.13 g			55.88 g 0.40 g 1.00 g				
7			7			7			7			7				
Tízórai	(00320) Glutén,szója,hal és olajosM 4-6	Tej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea, Olasz felvágott, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paradicsom			Herba tea, Álom sonka, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Puncsos tej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea, Csokoládés puding, Gluténmentes pékáru		
		Energia: 306.60 Kcal / 1,281.59 KJ			Energia: 334.68 Kcal / 1,398.96 KJ			Energia: 285.45 Kcal / 1,193.18 KJ			Energia: 354.25 Kcal / 1,480.77 KJ			Energia: 385.29 Kcal / 1,610.51 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		10.46 g	11.00 g	3.73 g	6.60 g	14.20 g	4.40 g	7.06 g	8.56 g	2.28 g	10.47 g	11.00 g	3.73 g	9.87 g	3.77 g	1.70 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
38.14 g 0.40 g 0.86 g			41.79 g 13.79 g 1.43 g			41.77 g 13.79 g 1.02 g			49.98 g 10.43 g 0.86 g			74.57 g 25.78 g 0.73 g				
7			7			7			7			7				
Ebéd	(00320) Glutén,szója,hal és olajosM 4-6	Bableves, Levesbetét, Sonkás kocka, Alma			Csontleves , Levesbetét, Főtt sertés, Meggymártás, Párolt rizs 1/2			Tarhonya leves, Rakott kelkáposzta kölessel			Zöldségleves, Levesbetét, Tavaszi rizseshús, Céklaaláta			Tojásleves, Sült bécsi rudacska, Zöldborsó főzelék, GM pékáru, ebédhez		
		Energia: 481.65 Kcal / 2,013.30 KJ			Energia: 422.36 Kcal / 1,765.46 KJ			Energia: 381.60 Kcal / 1,595.09 KJ			Energia: 448.82 Kcal / 1,876.07 KJ			Energia: 505.32 Kcal / 2,112.24 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		17.12 g	10.97 g	1.35 g	25.59 g	12.47 g	3.31 g	15.95 g	19.01 g	4.92 g	17.82 g	14.84 g	2.68 g	18.29 g	22.82 g	6.09 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
76.93 g 3.16 g 3.47 g			50.61 g 6.75 g 2.64 g			35.93 g 0.38 g 2.19 g			59.21 g 3.53 g 1.73 g			56.58 g 7.79 g 3.23 g				
9			9			9,15,(12)			9,15,(12)			3,7				
Uzsonna	(00320) Glutén,szója,hal és olajosM 4-6	Sült hús krém, Gluténmentes pékáru, Paprika			Füstölt sajtkrém, Gluténmentes pékáru			Sonkás kockasajt, Gluténmentes pékáru, Körte			Sajt szelet, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Soproni felvágott, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paprika		
		Energia: 262.16 Kcal / 1,095.83 KJ			Energia: 221.56 Kcal / 926.12 KJ			Energia: 285.74 Kcal / 1,194.39 KJ			Energia: 280.08 Kcal / 1,170.73 KJ			Energia: 280.42 Kcal / 1,172.16 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		5.32 g	12.77 g	3.54 g	5.07 g	8.54 g	4.71 g	7.58 g	6.45 g	3.17 g	8.90 g	13.32 g	5.48 g	6.64 g	14.22 g	4.39 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
28.23 g 0.40 g 0.74 g			27.89 g 0.40 g 0.74 g			45.90 g 0.40 g 1.06 g			27.88 g 0.40 g 0.99 g			28.20 g 0.40 g 1.43 g				
7			7			7			7			7				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról

[Allergén lista \(kód-allergén\)](#)

- 1-glutén      4-hal      7-tejfe 10-mustár      13-csillagfürt      16-édesgyökér
- 2-rák      5-földimogyoró      8-diófí 11-szezámm      14-puhatestűek
- 3-tojás      6-szója      9-zelle 12-kéndioxid-sz 15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető





## Tételes étlap 2022.09.05 - 2022.09.11

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének				
9/5/2022	Laktóz (00372)	Tej-tojásmentes 4-6 év	T Rizstej, 4-6	349,30	83,56	0,06	1,91	0,24	15,78	7,99	0,00			
			Liga margarin 4-6	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
			Diétás pékáru BL 4-6	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1		
			E Bableves 4-6	558,34	133,57	5,28	4,26	0,51	18,29	0,01	1,25	1,9		
			Levesbetét CORNITO TTGM+	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01			
			Sonkás kocka TGOM	1 234,95	295,44	11,99	6,45	1,09	46,38	2,85	2,40			
			Alma db 4-6	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02			
			U Sült hús krém TM+	469,14	112,24	1,44	11,71	3,34	0,13	0,00	0,25			
			Diétás pékáru BL 4-6	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1		
			Paprika 4-6	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
			Összesen:	4 386,36	1 049,36	30,99	33,57	7,17	152,60	11,15	5,19			
			9/6/2022	Laktóz (00372)	Tej-tojásmentes 4-6 év	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00
Olasz felvágott 4-6	279,89	66,96				2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84			
Liga margarin 4-6	265,61	63,54				0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
Diétás pékáru BL 4-6	593,61	142,01				5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1		
Paradicsom 4-6	18,31	4,38				0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00			
E Csontleves 4-6	115,62	27,66				1,17	0,74	0,03	4,04	0,02	0,69	9		
Levesbetét CORNITO TTGM+	87,30	20,89				0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01			
Főtt sertéshús*	665,70	159,26				21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,80			
Meggymártás TM	358,87	85,85				1,26	0,44	0,04	18,38	6,45	0,05	1		
Párolt rizs 1/2 4-6	557,11	133,28				2,40	3,34	0,39	23,25	0,00	0,69			
U Sajtkrém házi TM	347,68	83,18				0,03	9,15	2,47	0,09	0,00	0,13			
Diétás pékáru BL 4-6	593,61	142,01				5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1		
Összesen:	4 108,20	982,82	40,18	36,55	10,11	121,33	20,16	4,47						
9/7/2022	Laktóz (00372)	Tej-tojásmentes 4-6 év	T Limonádé 4-6	110,63	26,47	0,03	0,04	0,00	6,22	5,99	0,00			
			Tonhalkrém TM	499,42	119,48	0,39	13,00	3,53	0,08	0,00	0,20	4		
			Diétás pékáru BL 4-6	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1		
			E Tarhonya leves TOM	367,56	87,94	1,52	2,61	0,29	14,20	0,38	0,31			
			Rakott kelkáposzta TM	1 193,30	285,48	14,19	14,54	4,30	24,13	0,00	1,32			
			U Álom sonka 4-6	92,40	22,11	3,40	0,56	0,18	0,84	0,00	0,43			
			Liga margarin 4-6	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
			Diétás pékáru BL 4-6	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1		
			Körte db 4-6	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01			
			Összesen:	4 048,41	968,53	31,27	39,66	10,28	119,77	6,37	3,53			
			9/8/2022	Laktóz (00372)	Tej-tojásmentes 4-6 év	T Puncsos rizstej	604,55	144,63	0,07	1,92	0,24	30,94	21,45	0,00
						Liga margarin 4-6	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10
Diétás pékáru BL 4-6	593,61	142,01				5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1		
E Zöldségleves TGOM	261,02	60,93				1,05	4,83	0,63	3,64	0,03	1,03	9		
Levesbetét CORNITO TTGM+	87,30	20,89				0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01			
Tavaszi rizseshús 4-6	1 435,82	341,68				16,01	9,86	2,11	45,39	0,00	0,20			
Céklasaláta 4-6	106,15	25,40				0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49	15,(12)		
U Violife növényi sajt szelet+	17,87	4,28				0,00	0,35	0,00	0,30	0,00	0,00			
Liga margarin 4-6	265,61	63,54				0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
Diétás pékáru BL 4-6	593,61	142,01				5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1		
Összesen:	4 231,15	1 008,91				29,05	32,58	6,87	146,79	24,98	3,09			
9/9/2022	Laktóz (00372)	Tej-tojásmentes 4-6 év				T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00
			Csoki puding TM	724,56	173,34	0,16	1,79	0,25	38,35	19,18	0,01			
			Diétás pékáru BL 4-6	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1		
			E Rántottleves 4-6	132,52	31,70	0,77	1,11	0,15	4,72	0,02	0,49	1,9		
			Pírított kenyérkocka 4-6	108,11	25,86	0,98	0,10	0,00	5,23	0,00	0,20	1		
			Sült bécsi rudacska 4-6	616,70	147,54	7,50	12,93	4,70	0,12	0,00	1,50			
			Zöldborsó főzelék TM+	1 058,07	249,30	8,18	11,89	0,91	28,32	6,29	0,64	1		
			Diétás pékáru BL, ebédhez 4-6	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02			
			U Soproni felvágott 4-6	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84			
			Liga margarin 4-6	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
			Diétás pékáru BL 4-6	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1		
			Paprika 4-6	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
Összesen:	5 046,25	1 203,40	32,31	42,65	10,30	171,60	40,38	4,96						

Heti étlap 2022.09.05. - 2022.09.11.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>(00372) Tej- tojásmentes 4- 6 év</b>	Rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea, Olasz felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paradicsom			Limonádé, Tonhalkrém, Diétás pékáru BL			Puncsos rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea, Csoki puding , Diétás pékáru BL		
		Energia: 289.11 Kcal / 1,208.48 KJ			Energia: 330.69 Kcal / 1,382.28 KJ			Energia: 287.96 Kcal / 1,203.67 KJ			Energia: 350.18 Kcal / 1,463.75 KJ			Energia: 369.15 Kcal / 1,543.05 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.64 g	9.64 g	2.18 g	8.52 g	13.93 g	4.24 g	5.98 g	13.77 g	3.57 g	5.65 g	9.65 g	2.18 g	5.72 g	2.52 g	0.29 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
43.95 g	7.99 g	0.68 g	42.42 g	13.39 g	1.52 g	34.43 g	5.99 g	0.78 g	59.11 g	21.45 g	0.68 g	79.87 g	32.57 g	0.59 g		
1			1			1,4			1			1				
<b>Ebéd</b>	<b>(00372) Tej- tojásmentes 4- 6 év</b>	Bableves, Levesbetét, Sonkás kocka, Alma			Csontleves , Levesbetét, Főtt sertés, Meggymártás, Párolt rizs 1/2			Tarhonya leves, Rakott kelkáposzta			Zöldségleves, Levesbetét, Tavaszi rizseshús, Céklassaláta			Kantottleves, Pírtott kenyérkocka, Sült bécsi rudacska, Zöldborsó főzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez		
		Energia: 502.08 Kcal / 2,098.69 KJ			Energia: 426.94 Kcal / 1,784.61 KJ			Energia: 373.42 Kcal / 1,560.90 KJ			Energia: 448.90 Kcal / 1,876.40 KJ			Energia: 557.82 Kcal / 2,331.69 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		18.11 g	11.43 g	1.61 g	26.07 g	12.74 g	3.36 g	15.71 g	17.15 g	4.59 g	17.82 g	14.85 g	2.75 g	18.03 g	26.18 g	5.78 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
79.79 g	3.16 g	3.68 g	50.69 g	6.77 g	2.24 g	38.33 g	0.38 g	1.63 g	59.21 g	3.53 g	1.73 g	62.90 g	7.81 g	2.85 g		
1,9			1,9						9,15,(12)			1,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>(00372) Tej- tojásmentes 4- 6 év</b>	Sült hús krém, Diétás pékáru BL, Paprika			Házi növényi sajtkrém, Diétás pékáru BL			Álom sonka, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Körte			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Soproni felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paprika		
		Energia: 258.17 Kcal / 1,079.15 KJ			Energia: 225.19 Kcal / 941.29 KJ			Energia: 307.15 Kcal / 1,283.89 KJ			Energia: 209.83 Kcal / 877.09 KJ			Energia: 276.43 Kcal / 1,155.48 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.24 g	12.50 g	3.38 g	5.59 g	9.88 g	2.51 g	9.58 g	8.74 g	2.12 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g	8.56 g	13.95 g	4.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.86 g	0.00 g	0.83 g	28.22 g	0.00 g	0.71 g	47.01 g	0.00 g	1.12 g	28.47 g	0.00 g	0.68 g	28.83 g	0.00 g	1.52 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-szulfit

13-csillagfürt  
14-puhatestűek  
15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

Heti étlap 2022.09.05. - 2022.09.11.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>(00750)</b> <b>Kímélő étrend</b> <b>(TTOMRFSZ) 4-</b> <b>6</b>	Rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea, Olasz felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Salátalevél			Herba tea, Tonhalkrém, Diétás pékáru BL			Puncsos rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea, Vaníliás puding rizstejjel, Diétás pékáru BL		
		Energia: 289.11 Kcal / 1,208.48 KJ			Energia: 326.72 Kcal / 1,365.69 KJ			Energia: 315.29 Kcal / 1,317.91 KJ			Energia: 350.18 Kcal / 1,463.75 KJ			Energia: 212.66 Kcal / 888.92 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.64 g	9.64 g	2.18 g	8.36 g	13.90 g	4.23 g	5.95 g	13.73 g	3.57 g	5.65 g	9.65 g	2.18 g	5.58 g	0.91 g	0.06 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
43.95 g	7.99 g	0.68 g	41.67 g	13.39 g	1.52 g	41.60 g	13.39 g	0.78 g	59.11 g	21.45 g	0.68 g	45.23 g	15.19 g	0.58 g		
1			1			1,4			1			1				
<b>Ebéd</b>	<b>(00750)</b> <b>Kímélő étrend</b> <b>(TTOMRFSZ) 4-</b> <b>6</b>	Hamis gulyásleves, Sonkás kocka, Alma			Csontleves zellermentes, Levesbetét, Főtt sertés, Meggy mártás, Párolt rizs 1/2			Tarhonya leves, Rakott brokkoli rizzsel			Zöldségleves, Levesbetét, Sárgarépa rizses hús, Céklasaláta			Rántottleves, Kölesgolyó, Roston sült sertés, Brokkoli főzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez		
		Energia: 434.31 Kcal / 1,815.42 KJ			Energia: 418.51 Kcal / 1,749.37 KJ			Energia: 301.95 Kcal / 1,262.15 KJ			Energia: 443.51 Kcal / 1,853.87 KJ			Energia: 545.74 Kcal / 2,281.19 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		14.61 g	9.67 g	1.44 g	25.75 g	12.50 g	3.34 g	16.19 g	13.92 g	4.22 g	18.34 g	15.03 g	2.91 g	27.75 g	25.20 g	4.94 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
70.37 g	2.86 g	2.49 g	49.44 g	6.75 g	3.10 g	27.31 g	0.38 g	2.12 g	58.73 g	3.50 g	1.88 g	52.20 g	8.08 g	2.35 g		
1,9			1						15,(12)			1,9,(10)				
<b>Uzsonna</b>	<b>(00750)</b> <b>Kímélő étrend</b> <b>(TTOMRFSZ) 4-</b> <b>6</b>	Sült hús krém, Diétás pékáru BL, Salátalevél			Házi növényi sajtkrém, Diétás pékáru BL			Álom sonka, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Körte			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Soproni felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Salátalevél		
		Energia: 254.66 Kcal / 1,064.48 KJ			Energia: 225.19 Kcal / 941.29 KJ			Energia: 307.15 Kcal / 1,283.89 KJ			Energia: 209.83 Kcal / 877.09 KJ			Energia: 272.92 Kcal / 1,140.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.04 g	12.45 g	3.38 g	5.59 g	9.88 g	2.51 g	9.58 g	8.74 g	2.12 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g	8.36 g	13.90 g	4.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.31 g	0.00 g	0.83 g	28.22 g	0.00 g	0.71 g	47.01 g	0.00 g	1.12 g	28.47 g	0.00 g	0.68 g	28.28 g	0.00 g	1.52 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-szulfit

13-csillagfürt  
14-puhatestűek  
15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!

.....  
Élelmezésvezető



Heti étlap 2022.09.05. -2022.09.09.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b> Tízórai	(00802) Tejmentes 4-6 év	Rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea, Olasz felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paradicsom			Herba tea, Tonhalkrém, Diétás pékáru BL			Puncsos rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea, Csoki puding , Diétás pékáru BL		
		Energia: 289.11 Kcal / 1,208.48 KJ			Energia: 330.69 Kcal / 1,382.28 KJ			Energia: 315.29 Kcal / 1,317.91 KJ			Energia: 350.18 Kcal / 1,463.75 KJ			Energia: 369.15 Kcal / 1,543.05 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		5.64 g	9.64 g	2.18 g	8.52 g	13.93 g	4.24 g	5.95 g	13.73 g	3.57 g	5.65 g	9.65 g	2.18 g	5.72 g	2.52 g	0.29 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
43.95 g	7.99 g	0.68 g	42.42 g	13.39 g	1.52 g	41.60 g	13.39 g	0.78 g	59.11 g	21.45 g	0.68 g	79.87 g	32.57 g	0.59 g		
1		1			1,4			1			1					
Ebéd	(00802) Tejmentes 4-6 év	Bableves, Levesbetét, Sonkás kocka, Alma			Csontleves , Levesbetét, Főtt sertés, Meggymártás, Párolt rizs 1/2			Tarhonya leves, Rakott kelkáposzta			Daragaluska leves, Tavaszi rizseshús, Céklasaláta			Tojásleves, Sült bécsi rudacska, Zöldborsó főzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez		
		Energia: 515.59 Kcal / 2,155.17 KJ			Energia: 433.49 Kcal / 1,811.99 KJ			Energia: 366.58 Kcal / 1,532.30 KJ			Energia: 434.96 Kcal / 1,818.13 KJ			Energia: 529.29 Kcal / 2,212.43 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		23.91 g	11.65 g	1.45 g	27.02 g	12.97 g	3.41 g	16.78 g	15.68 g	4.64 g	19.18 g	10.69 g	2.27 g	17.54 g	26.56 g	5.93 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
77.74 g	0.01 g	3.71 g	50.92 g	6.47 g	2.28 g	38.92 g	0.00 g	1.73 g	63.58 g	3.21 g	1.45 g	55.38 g	7.80 g	2.48 g		
1,3,9		1,3,9			1,3			1,3,9,15,(12)			1,3,9					
Uzsonna	(00802) Tejmentes 4-6 év	Sült hús krém, Diétás pékáru BL, Paprika			Házi növényi sajtkrém, Diétás pékáru BL			Álom sonka, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Körte			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Soproni felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paprika		
		Energia: 258.17 Kcal / 1,079.15 KJ			Energia: 225.19 Kcal / 941.29 KJ			Energia: 307.15 Kcal / 1,283.89 KJ			Energia: 209.83 Kcal / 877.09 KJ			Energia: 276.43 Kcal / 1,155.48 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav	Fehérje	Zsír	T.Zsirsav
		7.24 g	12.50 g	3.38 g	5.59 g	9.88 g	2.51 g	9.58 g	8.74 g	2.12 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g	8.56 g	13.95 g	4.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.86 g	0.00 g	0.83 g	28.22 g	0.00 g	0.71 g	47.01 g	0.00 g	1.12 g	28.47 g	0.00 g	0.68 g	28.83 g	0.00 g	1.52 g		
1		1			1			1			1					

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.  
Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: [minosqebiztositas@eatrend.hu](mailto:minosqebiztositas@eatrend.hu); 20/419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

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

Jó étvágyat kívánunk!

.....  
Élelmezésvezető