

Heti étlap 2022.10.31. -2022.11.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek							
 eatrend Tízórai	(01185) PKU			Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Kenyér, PKU, Paprika	Herba tea CM, Méz, Liga margarin, Kenyér, PKU	Kakaó rizstejből, Liga margarin, Kenyér, PKU							
				Energia: 199.97 Kcal / 835.87 KJ		Energia: 244.17 Kcal / 1,020.63 KJ		Energia: 297.93 Kcal / 1,245.35 KJ					
					Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
					1.05 g	6.57 g	4.29 g	0.65 g	8.71 g	1.99 g	0.86 g	10.84 g	2.36 g
					Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
			33.89 g	14.38 g	0.74 g	40.29 g	22.64 g	0.52 g	47.99 g	22.41 g	0.52 g		
			1,(7)			1,(7)			1,(7)				
Ebéd	(01185) PKU			Zöldségleves, Levesbetét, Burgonyakrokkett, Brokkoli főzelék, Kenyér, PKU	Hamis gulyásleves, Gombás rakott tészta PKU	Magyaros karfiolleves., PKU Burger Mix, Párolt rizs PKU							
				Energia: 711.21 Kcal / 2,972.86 KJ		Energia: 288.01 Kcal / 1,203.88 KJ		Energia: 358.89 Kcal / 1,500.16 KJ					
					Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
					7.03 g	43.47 g	5.29 g	4.41 g	5.88 g	0.86 g	1.50 g	9.00 g	1.14 g
					Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
			71.60 g	1.01 g	1.65 g	53.91 g	0.10 g	4.19 g	66.62 g	0.00 g	2.00 g		
			1,3,(7)			1,9							
Uzsonna	(01185) PKU			Mogyorókrém, Kenyér, PKU	Padlizsánkrém, Kenyér, PKU	Növényi szendvicskrém, Kenyér, PKU							
				Energia: 200.56 Kcal / 838.34 KJ		Energia: 129.17 Kcal / 539.93 KJ		Energia: 142.25 Kcal / 594.61 KJ					
					Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
					1.89 g	7.91 g	0.23 g	0.80 g	5.24 g	1.04 g	0.81 g	6.51 g	4.29 g
					Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
			30.00 g	10.59 g	0.42 g	19.34 g	0.99 g	0.97 g	19.90 g	0.99 g	0.74 g		
			1,5,6,7,8			1,(7)			1,(7)				

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

Allergén lista (kód-allergén)

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

Jó étvágyat kívánunk!

.....
 Élelmezésvezető

Tételes étlap 2022.10.31 - 2022.11.06

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének				
11/2/2022	csökkentett só (01186)	PKU 4-6	T	Herba tea CM	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				
			Kenyér, PKU	390,60	93,45	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)			
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00				
			E	Zöldségleves	141,45	33,84	1,19	0,43	0,05	6,12	0,00	0,46			
			Levesbetét	176,04	42,11	0,06	0,07	0,06	10,20	0,02	0,05	3			
			Burgonyakrokkett	1 718,67	411,17	3,09	30,58	3,88	30,42	0,00	0,08	1,3,(7)			
			Brokkoli főzelék	546,07	130,64	2,10	10,68	1,21	6,26	0,00	0,64	1			
			Kenyér, PKU	390,60	93,45	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)			
			U	Mogyorókrém	447,72	107,11	1,30	6,20	0,14	11,40	9,60	0,00	5,6,7,8		
			Kenyér, PKU	390,60	93,45	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)			
	Összesen:	4 647,01	1 111,74	9,97	57,95	9,81	135,49	25,98	2,81						
11/3/2022	csökkentett só (01186)	PKU 4-6	T	Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
			Méz	139,49	33,37	0,04	0,00	0,00	8,26	8,26	0,00				
			Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10				
			Kenyér, PKU	390,60	93,45	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)			
			E	Hamis gulyásleves	365,09	87,35	2,08	2,63	0,32	13,59	0,01	0,07	1,9		
			Gombás rakott tészta PKU	843,10	200,66	2,33	3,25	0,54	40,32	0,09	4,12				
			U	Padlizsánkrém	149,31	35,72	0,21	3,53	0,95	0,74	0,00	0,55			
			Kenyér, PKU	390,60	93,45	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)			
				Összesen:	2 768,69	661,35	5,86	19,83	3,89	113,54	23,73	5,68			
			11/4/2022	csökkentett só (01186)	PKU 4-6	T	Kakaó rizstejből	589,08	140,93	0,25	2,13	0,37	29,35	21,42	0,00
						Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
Kenyér, PKU	390,60	93,45				0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)			
E	Magyaros karfiollev.	169,61				39,97	1,19	1,57	0,18	5,36	0,00	0,54			
PKU Burger Mix	77,35	18,51				0,05	0,23	0,00	3,65	0,00	0,00				
Párolt rizs PKU	1 255,71	300,41				0,26	7,20	0,96	57,61	0,00	1,46				
U	Növényi szendvicsskrém	203,99				48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32			
Kenyér, PKU	390,60	93,45				0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)			
	Összesen:	3 342,55				799,07	3,17	26,35	7,79	134,51	23,40	3,26			

Heti étlap 2022.10.31. - 2022.11.04.

		Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek					
 Tízórai	(00320) Glutén,szója,hal és olajosmag mentes 4-6			Herba tea CM, Natúr sajtkrém, Gluténmentes pékáru, Paprika	Herba tea CM, Sonkakerém Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru	Karamellás tej, Liga margarin, Gluténmentes pékáru					
					Energia: 279.38 Kcal / 1,167.81 KJ	Energia: 242.63 Kcal / 1,014.19 KJ	Energia: 374.35 Kcal / 1,564.78 KJ				
				Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír
				4.98 g	8.76 g	4.78 g	5.35 g	4.78 g	1.24 g	10.49 g	11.02 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor		
		41.89 g	13.79 g	0.73 g	41.33 g	13.79 g	0.76 g	54.93 g	17.14 g		
		7			7						
Ebéd	(00320) Glutén,szója,hal és olajosmag mentes 4-6			Csontleves , Levesbetét, Sült bécsi rudacska, Zöldborsó főzelék, GM pékáru, ebédhez	Sertésgulyás, Zöldséges rakott penne	Tejfölös karfiollev., Bácskai rizses hús, Céklaaláta					
					Energia: 507.55 Kcal / 2,121.56 KJ	Energia: 371.90 Kcal / 1,554.54 KJ	Energia: 391.06 Kcal / 1,634.63 KJ				
				Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír
				18.37 g	20.34 g	5.65 g	9.65 g	11.63 g	2.44 g	16.40 g	12.48 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor		
		62.51 g	8.09 g	3.32 g	56.27 g	2.55 g	4.14 g	53.12 g	3.22 g		
		7,9			9			7,15,(12)			
Uzsonna	(00320) Glutén,szója,hal és olajosmag mentes 4-6			Olasz felvágott, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Jégcsapretek	Hegyi sonka, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Uborka	Sajt szelet, Liga margarin, Gluténmentes pékáru					
					Energia: 279.34 Kcal / 1,167.64 KJ	Energia: 234.01 Kcal / 978.16 KJ	Energia: 200.09 Kcal / 837.17 KJ				
				Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír
				6.62 g	14.18 g	4.40 g	7.26 g	8.58 g	2.29 g	8.90 g	13.32 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor		
		28.13 g	3.52 g	1.44 g	28.72 g	0.40 g	1.03 g	27.88 g	0.40 g		
								7			

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

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

Allergén lista (kód-allergén)

- | | | | | | |
|----------|----------------|------------|----------------------|----------------------------|---------------|
| 1-glutén | 4-hal | 7-tejterm | 10-mustár | 13-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 | |


ó étvágyat kívánunk

Élelmezésvezető

Tételes étlap 2022.10.31 - 2022.11.06

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének			
11/2/2022 00320	Glutén,soja,hal és olajosM 4-6	R Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08			
		Baromfi 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			
		T Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
		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			
		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			
		Sült bécsi rudacska	599,16	143,34	7,50	12,47	4,65	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 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			
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49			
		Jégcsapretek	11,80	2,83	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01			
		V Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01			
		Olaszos Rakott tészta	1 880,09	449,78	16,09	20,74	7,01	48,55	2,85	1,77	7		
		Összesen:	7 895,96	1 885,19	52,24	75,66	25,32	236,66	28,65	8,40			
11/3/2022 00320	Glutén,soja,hal és olajosM 4-6	R Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01			
		Kedvenc Ízek sonka	133,90	32,04	4,24	1,64	0,58	0,04	0,00	0,66			
		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			
		T Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	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			
		E Sertésgulyás	568,93	136,11	5,23	7,35	2,00	11,91	0,01	0,10	9		
		Zöldséges rakott penne	989,94	235,79	4,42	4,28	0,44	44,36	2,54	4,04			
		U Hegyi sonka	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43			
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49			
		Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01			
		V Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08			
		Lángos GM	161,99	38,75	1,00	2,19	0,25	3,98	0,23	1,12			
		Tejföl	267,54	64,01	1,40	5,50	3,09	2,15	0,00	0,07	7		
		Reszelt sajt	300,20	71,82	5,01	5,51	3,09	0,45	0,00	0,41	7		
		Összesen:	5 779,51	1 381,65	37,71	47,83	15,08	188,48	17,37	8,87			
		11/4/2022 00320	Glutén,soja,hal és olajosM 4-6	R Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	
				Pulykamell sonka	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43	
Liga margarin	265,61			63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
Gluténmentes pékáru	610,28			146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49			
Paprika	16,38			3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
T Karamellás tej	688,87			164,80	6,83	3,02	1,63	27,39	16,74	0,27	7		
Liga margarin	265,61			63,55	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 Tejfölös karfiollev.	248,41			58,82	1,94	2,86	0,83	6,46	0,02	0,56	7		
Bácskai rizses hús	1 282,60			306,84	13,94	9,58	1,78	41,10	0,00	0,27			
Céklasaláta	106,15			25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49	15,(12)		
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			
V Almalé	488,82			116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01			
Magyaros sertés szelet	493,29			118,01	12,87	6,57	1,95	1,70	0,00	0,62			
Tepsis burgonya	876,92			209,79	5,40	1,23	0,14	43,20	0,00	0,24			
Összesen:	7 216,35			1 725,82	61,50	53,24	16,21	237,81	21,16	5,14			

Heti étlap 2022.10.31. - 2022.11.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek						
 Tízórai	372 Tej-tojásmentes 4-6 éves			Herba tea CM, Növényi szendvicsskrém, Diétás pékáru BL, Paprika	Herba tea CM, Tonhalkrém, Diétás pékáru BL	Kakaó rizstejből, Liga margarin, Diétás pékáru BL						
				Energia: 248.53 Kcal / 1,038.86 KJ		Energia: 315.29 Kcal / 1,317.91 KJ		Energia: 346.49 Kcal / 1,448.33 KJ				
				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
				6.02 g	5.59 g	4.25 g	5.95 g	13.73 g	3.58 g	5.83 g	9.86 g	2.32 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
		43.42 g	13.39 g	0.90 g	41.60 g	13.39 g	0.78 g	57.52 g	21.42 g	0.68 g		
				1	1,4	1						
Ebéd	372 Tej-tojásmentes 4-6 éves			Csontleves , Levesbetét, Sült bécsi rudacska, Zöldborsó főzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez	Sertésgulyás, Zöldséges rakott penne	Magyaros karfiollev., Bácskai rizses hús, Céklasaláta						
				Energia: 534.57 Kcal / 2,234.50 KJ		Energia: 370.37 Kcal / 1,548.15 KJ		Energia: 395.69 Kcal / 1,653.98 KJ				
				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
				17.26 g	24.99 g	5.60 g	9.57 g	11.62 g	2.44 g	19.18 g	12.17 g	2.62 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
		60.34 g	8.09 g	2.54 g	56.02 g	2.55 g	4.14 g	51.87 g	3.20 g	1.34 g		
				1,9		15,(12)						
Uzsonna	372 Tej-tojásmentes 4-6 éves			Olasz felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Jégcsapretek	Hegyi sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Uborka	Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Diétás pékáru BL						
				Energia: 275.35 Kcal / 1,150.96 KJ		Energia: 230.02 Kcal / 961.48 KJ		Energia: 209.84 Kcal / 877.13 KJ				
				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
				8.54 g	13.91 g	4.25 g	9.18 g	8.31 g	2.14 g	5.58 g	8.08 g	1.95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
		28.76 g	3.12 g	1.53 g	29.35 g	0.00 g	1.12 g	28.47 g	0.00 g	0.68 g		
				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-tejtermé | 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-mesterséges édesítőszer | |
- Quadro Byte Zrt 1/1 Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

.....

Élelmezésvezető

2022.09.28 8:23:07 | QB - Élelem

Tételes étlap 2022.10.31 - 2022.11.06

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének			
11/2/2022 00372	Tej-tojásmentes 4-6 év	R Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
		Baromfi párizsi	178,25	42,64	2,38	3,64	1,37	0,04	0,00	0,45			
		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 CM	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			
		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			
		E Csontleves	73,70	17,63	0,74	0,36	0,01	2,78	0,00	0,38	9		
		Levesbetét	87,30	20,88	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,00			
		Sült bécsi rudacska	599,16	143,34	7,50	12,47	4,65	0,12	0,00	1,50			
		Zöldborsó főzelék	1 058,07	249,30	8,18	11,89	0,91	28,31	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 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		
		Jégcsapretek	11,80	2,83	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01			
		V Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
		Olaszos Rakott tészta	1 341,39	320,91	15,18	6,94	1,15	48,41	2,85	1,57			
		Összesen:	7 268,95	1 735,16	54,96	62,80	18,57	235,92	54,23	7,67			
11/3/2022 00372	Tej-tojásmentes 4-6 év	R Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
		Kedvenc Ízek sonka	133,89	32,03	4,24	1,64	0,57	0,04	0,00	0,65			
		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 CM	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	0,05	28,13	0,00	0,58	1		
		E Sertésgulyás	562,53	134,58	5,15	7,34	2,00	11,66	0,01	0,10			
		Zöldséges rakott penne	989,94	235,79	4,42	4,28	0,44	44,36	2,54	4,04			
		U Hegyi 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		
		Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01			
		V Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
		Lángos	662,56	158,51	4,95	2,31	0,37	29,48	0,18	0,90	1		
		Összesen:	5 937,29	1 419,38	39,47	45,34	11,05	211,44	42,90	8,27			
		11/4/2022 00372	Tej-tojásmentes 4-6 év	R Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
				Pulykamell 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
Paprika	16,38			3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
T Kakaó rizstejből	589,08			140,93	0,25	2,13	0,37	29,35	21,42	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		
E Magyaros karfiollev.	169,61			39,97	1,19	1,57	0,18	5,36	0,00	0,54			
Bácskai rizses hús	1 380,72			330,32	17,47	10,56	2,44	40,95	0,00	0,31			
Céklasaláta	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	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 CM	224,89			53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
Magyaros sertés szelet	493,29			118,01	12,87	6,57	1,95	1,70	0,00	0,62			
Tepsis burgonya	876,92			209,79	5,40	1,23	0,14	43,20	0,00	0,24			
Összesen:	6 769,86			1 619,01	58,08	46,26	11,12	239,15	51,40	4,67			

Heti étlap 2022.10.31. - 2022.11.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek				
 Tízórai	(00397) Glutén-,tej-,szója-,OM, haIM 4-6	Herba tea CM, Növényi szendvicsskrém, Gluténmentes pékáru, Paprika			Herba tea CM, Sonkakrém Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru			Karamellás rizstej, Liga margarin, Gluténmentes pékáru		
		Energia: 252.52 Kcal / 1,055.53 KJ			Energia: 242.63 Kcal / 1,014.19 KJ			Energia: 360.78 Kcal / 1,508.06 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		4.10 g	5.86 g	4.40 g	5.35 g	4.78 g	1.24 g	3.72 g	9.92 g	2.33 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	42.79 g	13.79 g	0.81 g	41.33 g	13.79 g	0.76 g	60.14 g	25.16 g	0.59 g	
Ebéd	(00397) Glutén-,tej-,szója-,OM, haIM 4-6	Csontleves , Levesbetét, Sült bécsi rudacska, Zöldborsó főzelék, GM pékáru, ebédhez			Sertésgulyás, Zöldséges rakott penne			Magyaros karfiollev., Bácskai rizses hús, Céklasaláta		
		Energia: 540.16 Kcal / 2,257.87 KJ			Energia: 371.90 Kcal / 1,554.54 KJ			Energia: 372.21 Kcal / 1,555.84 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		16.99 g	25.05 g	5.56 g	9.65 g	11.63 g	2.44 g	15.65 g	11.19 g	1.96 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	61.88 g	8.09 g	3.26 g	56.27 g	2.55 g	4.14 g	52.02 g	3.20 g	1.30 g	
	9			9			15,(12)			
Uzsonna	(00397) Glutén-,tej-,szója-,OM, haIM 4-6	Olasz felvágott, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Jégcsapretek			Hegyi sonka, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Uborka			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Gluténmentes pékáru		
		Energia: 279.34 Kcal / 1,167.64 KJ			Energia: 234.01 Kcal / 978.16 KJ			Energia: 213.83 Kcal / 893.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.62 g	14.18 g	4.40 g	7.26 g	8.58 g	2.29 g	3.66 g	8.35 g	2.10 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	28.13 g	3.52 g	1.44 g	28.72 g	0.40 g	1.03 g	27.84 g	0.40 g	0.59 g	

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

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

Allergén lista (kód-allergén)

- | | | | | | |
|----------|----------------|-------------|----------------------|----------------------------|---------------|
| 1-glutén | 4-hal | 7-tejtermél | 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-mesterséges édesítőszer | |

Quadro Byte Zrt

Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!


.....

2022.02.03 8:40:26 | QB - Élelem

Tételes étlap 2022.10.31 - 2022.11.06

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
11/2/2022 00397	Glutén-,tejt-,szója-,OM, haIM 4-6	R	Ásványvíz, szénsavmentes 0,l-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08		
			Baromfi 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	
		T	Herba tea CM	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	
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	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	
			Sült bécsi rudacska	599,16	143,34	7,50	12,47	4,65	0,12	0,00	1,50	
			Zöldborsó főzelék	1 059,37	249,61	7,67	11,78	0,87	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	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	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49	
			Jégcsapretek	11,80	2,83	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01	
		V	Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01	
			Olaszos Rakott tészta	1 341,39	320,91	15,18	6,95	1,15	48,42	2,85	1,57	
			Összesen:	7 381,31	1 762,07	49,07	63,68	18,99	236,80	28,65	8,22	
11/3/2022 00397	Glutén-,tejt-,szója-,OM, haIM 4-6	R	Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	28,00	0,00	0,01		
			Kedvenc Ízek sonka	133,90	32,04	4,24	1,64	0,58	0,04	0,00	0,66	
			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	
		T	Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	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	
		E	Sertésgulyás	568,93	136,11	5,23	7,35	2,00	11,91	0,01	0,10	9
			Zöldséges rakott penne	989,94	235,79	4,42	4,28	0,44	44,36	2,54	4,04	
		U	Hegyi sonka	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43	
			Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49	
			Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
		V	Ásványvíz, szénsavmentes 0,l-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	
			Lángos GM	161,99	38,75	1,00	2,19	0,25	3,98	0,23	1,12	
			Növényi tejfől	5,48	1,31	0,07	0,06	0,01	0,13	0,00	0,05	
	Növényi sajt szórát	23,95	5,73	0,00	0,46	0,00	0,40	0,00	0,00			
	Összesen:	5 241,20	1 252,86	31,37	37,34	8,91	186,41	17,37	8,44			
11/4/2022 00397	Glutén-,tejt-,szója-,OM, haIM 4-6	R	Ásványvíz, szénsavmentes 0,l-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08		
			Pulykamell sonka	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43	
			Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49	
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
		T	Karamellás rizstej	632,16	151,23	0,06	1,92	0,23	32,60	24,76	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	Magyaros karfiollev.	169,61	39,97	1,19	1,57	0,18	5,36	0,00	0,54	
			Bácskai rizses hús	1 282,60	306,84	13,94	9,58	1,78	41,10	0,00	0,27	
			Céklasaláta	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	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	
		V	Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01	
	Magyaros sertés szelet	493,29	118,01	12,87	6,57	1,95	1,70	0,00	0,62			
	Tepsis burgonya	876,92	209,79	5,40	1,23	0,14	43,20	0,00	0,24			
	Összesen:	6 803,87	1 627,14	48,74	45,88	10,77	241,88	29,16	4,45			

Heti étlap 2022.10.31. - 2022.11.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek						
 Tízórai	(00445) Tej-, tojás-, szója-, kókuszmentes			Herba tea CM, Magyaros margarinkrém, Diétás pékáru BL, Paprika	Herba tea CM, Tonhalkrém, Diétás pékáru BL	Kakaó rizstejből, Liga margarin, Diétás pékáru BL						
				Energia: 264.12 Kcal / 1,104.02 KJ	Energia: 315.29 Kcal / 1,317.91 KJ	Energia: 346.49 Kcal / 1,448.33 KJ						
				Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
				5.85 g	7.80 g	1.95 g	5.95 g	13.73 g	3.58 g	5.83 g	9.86 g	2.32 g
				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		42.32 g	13.39 g	0.73 g	41.60 g	13.39 g	0.78 g	57.52 g	21.42 g	0.68 g		
				1	1,4	1						
Ebéd	(00445) Tej-, tojás-, szója-, kókuszmentes			Csontleves zellermentes, Levesbetét, Sült bécsi rudacska, Zöldborsó főzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez	Sertésgulyás, Zöldséges rakott tészta	Magyaros karfiollev., Bácskai rizseshús, Céklasaláta						
				Energia: 536.17 Kcal / 2,241.19 KJ	Energia: 343.08 Kcal / 1,434.07 KJ	Energia: 395.10 Kcal / 1,651.52 KJ						
				Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
				17.37 g	25.13 g	5.60 g	8.10 g	11.35 g	2.39 g	19.14 g	12.15 g	2.62 g
				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		60.35 g	8.09 g	3.71 g	51.22 g	2.63 g	4.17 g	51.81 g	3.20 g	1.34 g		
				1		15,(12)						
Uzsonna	(00445) Tej-, tojás-, szója-, kókuszmentes			Olasz felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Jégcsapretek	Hegyi sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Uborka	Zala felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL						
				Energia: 275.35 Kcal / 1,150.96 KJ	Energia: 230.02 Kcal / 961.48 KJ	Energia: 246.32 Kcal / 1,029.62 KJ						
				Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
				8.54 g	13.91 g	4.25 g	9.18 g	8.31 g	2.14 g	8.31 g	10.92 g	3.11 g
				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		28.76 g	3.12 g	1.53 g	29.35 g	0.00 g	1.12 g	28.40 g	0.00 g	1.08 g		
				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-tejtermél | 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-mesterséges édesítőszerek | |

Jó étvágyat kívánunk!

Tételes étlap 2022.10.31 - 2022.11.06

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
11/2/2022 00446	Tej-, tojás-, kókuszmentes 4-6	T Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
		Magyaros margarinkrém	269,18	64,39	0,05	7,01	1,90	0,20	0,00	0,15	
		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	
		E Csontleves zellermentes	80,35	19,23	0,85	0,50	0,01	2,79	0,00	1,55	
		Levesbetét	87,30	20,88	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,00	
		Sült bécsi rudacska	599,16	143,34	7,50	12,47	4,65	0,12	0,00	1,50	
		Zöldborsó főzelék	1 058,07	249,30	8,18	11,89	0,91	28,31	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 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
		Jégcsapretek	11,80	2,83	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01	
		Összesen:	4 512,15	1 075,64	31,76	46,84	11,80	131,43	24,60	5,97	
11/3/2022 00446	Tej-, tojás-, kókuszmentes 4-	T Herba tea CM	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	0,05	28,13	0,00	0,58	1
		E Sertésgulyás	562,53	134,58	5,15	7,34	2,00	11,66	0,01	0,10	
		Zöldséges rakott tészta	875,87	208,50	2,95	4,01	0,39	39,56	2,62	4,07	
		U Hegyi 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
		Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
		Összesen:	3 717,77	888,39	23,23	33,39	8,11	122,17	16,02	6,07	
11/4/2022 00446	Tej-, tojás-, kókuszmentes 4-	T Kakaó rizstejből	589,08	140,93	0,25	2,13	0,37	29,35	21,42	0,00	
		Liga margarin	265,61	63,55	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 karfiollev.	169,61	39,97	1,19	1,57	0,18	5,36	0,00	0,54	
		Bácskai rizseshús	1 378,25	329,73	17,43	10,54	2,44	40,89	0,00	0,31	
		Céklasaláta	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49	15,(12)
		U Zala felvágott	170,38	40,76	2,73	3,19	1,16	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		
Összesen:	4 131,91	987,91	33,28	32,93	8,05	137,73	24,62	3,10			

Heti étlap 2022.10.31. - 2022.11.04.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(00750) Kímélő étrend (TTOMRFSZ) 4-6	Herba tea CM, Sonkakrém Liga margarinnal, Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Liga margarin, Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL, Salátalevél			Herba tea CM, Tonhalkrém, Diétás pékáru BL			Kakaó rizstejből, Liga margarin, Diétás pékáru BL		
		Energia: 434.48 Kcal / 1,816.13 KJ			Energia: 589.01 Kcal / 2,462.06 KJ			Energia: 245.13 Kcal / 1,024.64 KJ			Energia: 315.29 Kcal / 1,317.91 KJ			Energia: 346.49 Kcal / 1,448.33 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.36 g	7.30 g	1.81 g	11.59 g	25.06 g	12.29 g	5.83 g	5.54 g	4.25 g	5.95 g	13.73 g	3.58 g	5.83 g	9.86 g	2.32 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
76.30 g	19.98 g	1.88 g	78.92 g	19.98 g	2.00 g	42.89 g	13.39 g	0.90 g	41.60 g	13.39 g	0.78 g	57.52 g	21.42 g	0.68 g		
1			1			1			1,4			1				
Ebéd	(00750) Kímélő étrend (TTOMRFSZ) 4-6	Zellerkrém leves, Sertés pörkölt, Főtt tészta, Csemege uborka			Rántottleves, Főtt sertés, Almamártás, Köles			Csontleves, Levesbetét, Sült bécsi rudacska, Brokkoli főzelék, Diétás pékáru BL ehédhez			Sertésgulyás, Zöldséges rakott penne			Magyaros karalábé leves kímélő, Bácskai rizses hús, Céklasaláta		
		Energia: 778.96 Kcal / 3,256.05 KJ			Energia: 587.35 Kcal / 2,455.12 KJ			Energia: 425.31 Kcal / 1,777.80 KJ			Energia: 371.90 Kcal / 1,554.54 KJ			Energia: 361.86 Kcal / 1,512.57 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		29.99 g	37.12 g	5.33 g	29.16 g	23.16 g	4.90 g	13.49 g	19.31 g	5.41 g	9.65 g	11.63 g	2.44 g	15.58 g	10.26 g	1.86 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
80.09 g	4.00 g	5.03 g	77.52 g	15.04 g	2.90 g	48.49 g	8.09 g	2.56 g	56.27 g	2.55 g	4.14 g	51.80 g	3.20 g	1.33 g		
1,9,15,(12)			1			1,9			9			15,(12)				
Uzsonna	(00750) Kímélő étrend (TTOMRFSZ) 4-6	Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL			Csirkemell sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL			Olasz felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Salátalevél			Hegyi sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Salátalevél			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Diétás pékáru BL		
		Energia: 381.62 Kcal / 1,595.17 KJ			Energia: 455.32 Kcal / 1,903.24 KJ			Energia: 273.04 Kcal / 1,141.31 KJ			Energia: 228.19 Kcal / 953.83 KJ			Energia: 209.84 Kcal / 877.13 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11.55 g	11.06 g	8.49 g	17.95 g	16.58 g	4.26 g	8.37 g	13.90 g	4.24 g	9.03 g	8.30 g	2.14 g	5.58 g	8.08 g	1.95 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
58.86 g	0.00 g	1.80 g	58.02 g	0.00 g	2.21 g	28.30 g	0.00 g	1.52 g	29.08 g	0.00 g	1.11 g	28.47 g	0.00 g	0.68 g		
1			1			1			1			1				

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

Allergén lista (kód-allergén)

- | | | | | | |
|----------|----------------|-----------------|----------------------|----------------------------|---------------|
| 1-glutén | 4-hal | 7-tejtermék,ial | 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 | |

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmiszevezető

Heti étlap 2022.10.31 - 2022.11.04

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek						
Tízórai	802 Tejmentes 4-6 éves	Herba tea CM, Tojáskrém, Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Zala felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Növényi szendvicsskrém, Diétás pékáru BL, Paprika			Herba tea CM, Tonhalkrém, Diétás pékáru BL			Kakaó rizstejből, Liga margarin, Diétás pékáru BL						
		Energia: 275.87 Kcal / 1,153.14 KJ			Energia: 300.12 Kcal / 1,254.50 KJ			Energia: 248.53 Kcal / 1,038.86 KJ			Energia: 315.29 Kcal / 1,317.91 KJ			Energia: 346.49 Kcal / 1,448.33 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír	sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír	sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír	sav			
		6.93 g	8.93 g	2.26 g		8.31 g	10.92 g	3.12 g		6.02 g	5.59 g	4.25 g		5.95 g	13.73 g	3.58 g		5.83 g	9.86 g	2.32 g
		Szénhidrát	Cukor	Só		Szénhidrát	Cukor	Só		Szénhidrát	Cukor	Só		Szénhidrát	Cukor	Só		Szénhidrát	Cukor	Só
41.62 g	13.39 g	0.72 g		41.79 g	13.39 g	1.08 g		43.42 g	13.39 g	0.90 g		41.60 g	13.39 g	0.78 g		57.52 g	21.42 g	0.68 g		
		1,3	1	1	1,4	1														
Ebéd	802 Tejmentes 4-6 éves	Zellerkrém leves, Sertés pörkölt, Főtt tészta, Csemege uborka			Tojásleves, Főtt sertés, Almamártás, Köles			Csontleves, Levesbetét, Sült bécsi rudacska, Zöldborsó főzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			Sertésgulyás, Zöldséges rakott penne			Magyaros karfiollev., Bácskai rizses hús, Céklasaláta						
		Energia: 452.24 Kcal / 1,890.36 KJ			Energia: 311.03 Kcal / 1,300.11 KJ			Energia: 537.21 Kcal / 2,245.54 KJ			Energia: 376.06 Kcal / 1,571.93 KJ			Energia: 372.21 Kcal / 1,555.84 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír	sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír	sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír	sav			
		20.54 g	18.30 g	2.74 g		15.80 g	11.69 g	2.64 g		18.04 g	25.17 g	5.64 g		13.52 g	11.40 g	2.41 g		15.65 g	11.19 g	1.96 g
		Szénhidrát	Cukor	Só		Szénhidrát	Cukor	Só		Szénhidrát	Cukor	Só		Szénhidrát	Cukor	Só		Szénhidrát	Cukor	Só
51.04 g	0.00 g	2.30 g		40.70 g	6.46 g	2.17 g		59.89 g	7.79 g	2.58 g		54.45 g	0.27 g	4.13 g		52.02 g	3.20 g	1.30 g		
		1,9,15,(3),(12)	1,3	1,3,9	1,9,(3)	15,(12)														
Uzsonna	802 Tejmentes 4-6 éves	Növényi szendvicsskrém, Diétás pékáru BL			Csirkemell sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL			Olasz felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Jégcsapretek			Hegyi sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Uborka			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Diétás pékáru BL						
		Energia: 190.81 Kcal / 797.59 KJ			Energia: 227.67 Kcal / 951.66 KJ			Energia: 275.35 Kcal / 1,150.96 KJ			Energia: 230.02 Kcal / 961.48 KJ			Energia: 209.84 Kcal / 877.13 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír	sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír	sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír	sav			
		5.78 g	5.53 g	4.25 g		8.98 g	8.29 g	2.14 g		8.54 g	13.91 g	4.25 g		9.18 g	8.31 g	2.14 g		5.58 g	8.08 g	1.95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só		Szénhidrát	Cukor	Só		Szénhidrát	Cukor	Só		Szénhidrát	Cukor	Só		Szénhidrát	Cukor	Só
29.43 g	0.00 g	0.90 g		29.01 g	0.00 g	1.11 g		28.76 g	3.12 g	1.53 g		29.35 g	0.00 g	1.12 g		28.47 g	0.00 g	0.68 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-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |
- 14
Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető
 2022.09.28 7:56:51 | QB - Élelem

Tételes étlap 2022.10.31 - 2022.11.06

	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének				
10/31/2022	Laktóz (00802)	Tejmentes 4-6 év	R Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08				
			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			
			T Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00				
			Tojáskrém	334,66	80,06	1,37	8,20	2,21	0,10	0,00	0,14	3			
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58	1			
			E Zellerkrém leves	305,70	73,14	1,10	5,18	0,41	5,45	0,00	1,05	1,9			
			Sertés pörkölt	600,55	143,67	12,00	9,54	1,97	2,50	0,00	0,17				
			Főtt tészta	961,06	229,92	7,20	3,54	0,36	42,05	0,00	0,12	1,(3)			
			Csemege uborka	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96	15,(12)			
			U 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			
			V Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01				
			Hamburger húspogácsa	464,84	111,21	9,83	7,26	2,72	1,49	0,00	1,89	(1)			
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58	1			
			Salátalevél	2,16	0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00				
			Ketchup	68,04	16,28	0,32	0,06	0,00	3,60	2,10	0,33	(9)			
					Összesen:	6 521,31	1 560,13	56,15	53,26	15,41	211,64	15,49	7,64		
			11/1/2022	Laktóz (00802)	Tejmentes 4-6 év	R Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01	
						Reszelt növényi sajt	11,92	2,85	0,00	0,23	0,00	0,20	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			
Póréhagymakarika	15,41	3,69				0,22	0,03	0,00	0,63	0,00	0,00				
T Herba tea CM	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 Tojásleves	160,65	38,43				1,21	2,66	0,45	2,42	0,01	1,01	1,3			
Főtt sertés	332,85	79,63				10,50	4,05	1,45	0,20	0,00	0,40				
Almamártás	300,38	49,42				1,01	0,38	0,04	15,80	6,45	0,05	1			
Köles	600,05	143,55				3,08	4,60	0,70	22,28	0,00	0,71				
U Csirkemell 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			
V Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00				0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08				
Sertéssült	825,86	197,58				10,66	16,67	5,38	0,99	0,00	1,09				
Hagymás törtburg.	846,10	202,41				4,60	3,71	0,42	36,72	0,00	3,56				
		Összesen:				6 647,38	1 567,85	54,29	59,27	15,65	206,21	19,85	9,78		
11/2/2022	Növényi (00802)	Tejmentes 4-6 év	R Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08				
			Baromfi 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			
			T Herba tea CM	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			
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00				
			E Csontleves	73,70	17,63	0,74	0,36	0,01	2,78	0,00	0,38	9			
			Levesbetét	98,32	23,52	1,02	0,30	0,05	4,16	0,00	0,04	1,3			
			Sült bécsi rudacska	599,16	143,34	7,50	12,47	4,65	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 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			
			Jégcsapretek	11,80	2,83	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01				
			V Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01				
			Olaszos Rakott tészta	1 731,55	414,25	18,09	17,32	5,22	46,02	0,00	1,53	1,(3)			
					Összesen:	7 709,17	1 840,49	58,79	73,36	22,69	234,30	24,30	7,77		
11/3/2022	Növényi (00802)	Tejmentes 4-6 év	R Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01				
			Kedvenc Ízek sonka	133,90	32,04	4,24	1,64	0,58	0,04	0,00	0,66				
			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 CM	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	0,05	28,13	0,00	0,58	1			
			E Sertésgulyás	568,93	136,11	5,23	7,35	2,00	11,91	0,01	0,10	9			
			Zöldses ragott penne	1 007,32	239,95	8,29	4,05	0,41	42,54	0,26	4,03	1,9,(3)			
			U Hegyi 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			
			Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01				
			V Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08				
			Lángos	662,57	158,51	4,96	2,31	0,38	29,49	0,18	0,90	1			
			Növényi tejföl	5,48	1,31	0,07	0,06	0,01	0,13	0,00	0,05				
			Növényi sajt szórát	23,95	5,73	0,00	0,46	0,00	0,40	0,00	0,00				
					Összesen:	6 029,56	1 441,46	43,64	45,64	11,05	211,63	13,84	8,41		
			11/4/2022	Növényi (00802)	Tejmentes 4-6 év	R Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	
						Pulykamell 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			
Paprika	16,38	3,92				0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00				
T Kakaó rizstejből	589,08	140,93				0,25	2,13	0,37	29,35	21,42	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			
E Magyaros karfiollev.	169,61	39,97				1,19	1,57	0,18	5,36	0,00	0,54				
Bácskai rizses hús	1 282,60	306,84				13,94	9,58	1,78	41,10	0,00	0,27				
Céklasaláta	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	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 Almalé	488,82	116,94				0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01				
Magyaros sertés szelet	493,29	118,01				12,87	6,57	1,95	1,70	0,00	0,62				
Tepsis burgonya	876,92	209,79				5,40	1,23	0,14	43,20	0,00	0,24				
		Összesen:				6 710,78	1 604,87	54,69	45,28	10,46	240,52	24,62	4,72		

Heti étlap 2022.10.31.- 2022. 11. 04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek							
 Tízórai	<i>Glutén-, tojás-, szója-, banán-, kivi- és olajosmag mentes</i> Óvoda 4-6 éves			Herba tea CM, Natúr sajtkrém, Gluténmentes pékáru, Paprika	Herba tea CM, Tonhalkrém, Gluténmentes pékáru	Karamellás tej, Liga margarin, Gluténmentes pékáru							
		Energia: 279.38 Kcal / 1,167.81 KJ			Energia: 319.28 Kcal / 1,334.59 KJ		Energia: 374.35 Kcal / 1,564.78 KJ						
					Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
					4.98 g	8.76 g	4.78 g	4.03 g	14.00 g	3.73 g	10.49 g	11.02 g	3.73 g
			Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
			41.89 g	13.79 g	0.73 g	40.97 g	13.79 g	0.69 g	54.93 g	17.14 g	0.86 g		
			7			4			7				
Ebéd	<i>Glutén-, tojás-, szója-, banán-, kivi- és olajosmag mentes</i> Óvoda 4-6 éves			Csontleves , Levesbetét, Sült bécsi rudacska, Zöldborsó főzelék, GM pékáru, ebédhez	Sertésgulyás, Zöldséges rakott penne	Tejfölös karfiollev., Bácskai rizses hús, Céklasaláta							
		Energia: 507.55 Kcal / 2,121.56 KJ			Energia: 371.90 Kcal / 1,554.54 KJ		Energia: 391.06 Kcal / 1,634.63 KJ						
					Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
					18.37 g	20.34 g	5.65 g	9.65 g	11.63 g	2.44 g	16.40 g	12.48 g	2.61 g
			Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
			62.51 g	8.09 g	3.32 g	56.27 g	2.55 g	4.14 g	53.12 g	3.22 g	1.32 g		
			7,9			9			7,15,(12)				
Uzsonna	<i>Glutén-, tojás-, szója-, banán-, kivi- és olajosmag mentes</i> Óvoda 4-6 éves			Olasz felvágott, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Jégcsapretek	Hegyi sonka, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Uborka	Sajt szelet, Liga margarin, Gluténmentes pékáru							
		Energia: 279.34 Kcal / 1,167.64 KJ			Energia: 234.01 Kcal / 978.16 KJ		Energia: 280.09 Kcal / 1,170.78 KJ						
					Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
					6.62 g	14.18 g	4.40 g	7.26 g	8.58 g	2.29 g	8.90 g	13.32 g	5.49 g
			Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
			28.13 g	3.52 g	1.44 g	28.72 g	0.40 g	1.03 g	27.88 g	0.40 g	0.99 g		

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,laktóz	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-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető

Tételes étlap 2022.10.31 - 2022.11.06

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
11/2/2022 00906	Gluténmentes 4-6 éves	R Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08		
		Baromfi 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		
		T Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00		
		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		
		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		
		Sült bécsi rudacska	599,16	143,34	7,50	12,47	4,65	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 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		
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
		Jégcsapretek	11,80	2,83	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01		
		V Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01		
		Olaszos Rakott tészta	1 880,09	449,78	16,09	20,74	7,01	48,55	2,85	1,77	7	
		Összesen:	7 895,96	1 885,19	52,24	75,66	25,32	236,66	28,65	8,40		
11/3/2022 00906	Gluténmentes 4-6 éves	R Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01		
		Kedvenc Ízek sonka	133,90	32,04	4,24	1,64	0,58	0,04	0,00	0,66		
		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		
		T Herba tea CM	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		
		E Sertésgulyás	568,93	136,11	5,23	7,35	2,00	11,91	0,01	0,10	9	
		Zöldséges rakott penne	989,94	235,79	4,42	4,28	0,44	44,36	2,54	4,04		
		U Hegyi sonka	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43		
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
		Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
		V Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08		
		Lángos GM	161,99	38,75	1,00	2,19	0,25	3,98	0,23	1,12		
		Tejföl	267,54	64,01	1,40	5,50	3,09	2,15	0,00	0,07	7	
		Reszelt sajt	300,20	71,82	5,01	5,51	3,09	0,45	0,00	0,41	7	
		Összesen:	6 099,92	1 458,30	36,39	57,05	17,57	188,12	17,37	8,80		
		11/4/2022 00906	Gluténmentes 4-6 éves	R Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08
				Pulykamell sonka	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43
Liga margarin	265,61			63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
Gluténmentes pékáru	610,28			146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
Paprika	16,38			3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
T Karamellás tej	688,87			164,80	6,83	3,02	1,63	27,39	16,74	0,27	7	
Liga margarin	265,61			63,55	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 Tejfölös karfiollev.	248,41			58,82	1,94	2,86	0,83	6,46	0,02	0,56	7	
Bácskai rizses hús	1 282,60			306,84	13,94	9,58	1,78	41,10	0,00	0,27		
Céklasaláta	106,15			25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49	15,(12)	
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		
V Almalé	488,82			116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01		
Magyaros sertés szelet	493,29			118,01	12,87	6,57	1,95	1,70	0,00	0,62		
Tepsis burgonya	876,92			209,79	5,40	1,23	0,14	43,20	0,00	0,24		
Összesen:	7 216,35			1 725,82	61,50	53,24	16,21	237,81	21,16	5,14		

Heti étlap 2022.10.31. - 2022.11.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek						
 Tízórai	(00911) Tej,Tojás,C,OM,Sz,Ban, FokM 4-6			Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL, Paprika	Herba tea CM, Tonhalkrém, Diétás pékáru BL	Kakaó rizstejből, Liga margarin, Diétás pékáru BL						
		Energia: 248.53 Kcal / 1,038.86 KJ			Energia: 315.29 Kcal / 1,317.91 KJ		Energia: 346.49 Kcal / 1,448.33 KJ					
				Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
				6.02 g	5.59 g	4.25 g	5.95 g	13.73 g	3.58 g	5.83 g	9.86 g	2.32 g
				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		43.42 g	13.39 g	0.90 g	41.60 g	13.39 g	0.78 g	57.52 g	21.42 g	0.68 g		
		1			1,4		1					
Ebéd	(00911) Tej,Tojás,C,OM,Sz,Ban, FokM 4-6			Csontleves zellermentes, Levesbetét, Sült bécsi rudacska, Zöldborsó főzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez	Sertésgulyás, Zöldséges rakott penne	Magyaros karfiollev., Bácskai rizseshús, Céklasaláta						
		Energia: 536.17 Kcal / 2,241.19 KJ			Energia: 370.37 Kcal / 1,548.15 KJ		Energia: 395.10 Kcal / 1,651.52 KJ					
				Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
				17.37 g	25.13 g	5.60 g	9.57 g	11.62 g	2.44 g	19.14 g	12.15 g	2.62 g
				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		60.35 g	8.09 g	3.71 g	56.02 g	2.55 g	4.14 g	51.81 g	3.20 g	1.34 g		
		1					15,(12)					
Uzsonna	(00911) Tej,Tojás,C,OM,Sz,Ban, FokM 4-6			Olasz felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Jégcsapretek	Hegyi sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Uborka	Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Diétás pékáru BL						
		Energia: 275.35 Kcal / 1,150.96 KJ			Energia: 230.02 Kcal / 961.48 KJ		Energia: 209.84 Kcal / 877.13 KJ					
				Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
				8.54 g	13.91 g	4.25 g	9.18 g	8.31 g	2.14 g	5.58 g	8.08 g	1.95 g
				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		28.76 g	3.12 g	1.53 g	29.35 g	0.00 g	1.12 g	28.47 g	0.00 g	0.68 g		
		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-tejtermél	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	

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

Tételes étlap 2022.10.31 - 2022.11.06

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
11/2/2022	csontvelő (00911)	Tej, Tojás, C, OM, Sz, Ban, FokM 4-6	T	Herba tea CM	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
				Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
			E	Csontleves zellermentes	80,35	19,23	0,85	0,50	0,01	2,79	0,00	1,55	
				Levesbetét	87,30	20,88	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,00	
				Sült bécsi rudacska	599,16	143,34	7,50	12,47	4,65	0,12	0,00	1,50	
				Zöldborsó főzelék	1 058,07	249,30	8,18	11,89	0,91	28,31	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	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
				Jégcsapretek	11,80	2,83	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01	
				Összesen:	4 446,96	1 060,05	31,93	44,63	14,10	132,53	24,60	6,14	
11/3/2022	csontvelő (00911)	Tej, Tojás, C, OM, Sz, Ban, Fok	T	Herba tea CM	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	0,05	28,13	0,00	0,58	1
			E	Sertésgulyás	562,53	134,58	5,15	7,34	2,00	11,66	0,01	0,10	
				Zöldséges rakott penne	989,94	235,79	4,42	4,28	0,44	44,36	2,54	4,04	
			U	Hegyi 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
				Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
				Összesen:	3 831,84	915,68	24,70	33,66	8,16	126,97	15,94	6,04	
11/4/2022	csontvelő (00911)	Tej, Tojás, C, OM, Sz, Ban, Fok	T	Kakaó rizstejből	589,08	140,93	0,25	2,13	0,37	29,35	21,42	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
			E	Magyaros karfiollev.	169,61	39,97	1,19	1,57	0,18	5,36	0,00	0,54	
				Bácskai rizseshús	1 378,25	329,73	17,43	10,54	2,44	40,89	0,00	0,31	
				Céklasaláta	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	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			
	Összesen:	3 979,40	951,43	30,55	30,09	6,89	137,80	24,62	2,70				

Heti étlap 2022.10.31. - 2022.11.01.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek							
 Tízórai	(00957) Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6			Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Gluténmentes pékáru, Paprika	Herba tea CM, Tonhalkrém, Gluténmentes pékáru	Karamellás rizstej, Liga margarin, Gluténmentes pékáru							
				Energia: 252.52 Kcal / 1,055.53 KJ		Energia: 319.28 Kcal / 1,334.59 KJ		Energia: 360.78 Kcal / 1,508.06 KJ					
					Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
					4.10 g	5.86 g	4.40 g	4.03 g	14.00 g	3.73 g	3.72 g	9.92 g	2.33 g
					Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
			42.79 g	13.79 g	0.81 g	40.97 g	13.79 g	0.69 g	60.14 g	25.16 g	0.59 g		
4													
Ebéd	(00957) Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6			Csontleves , Levesbetét, Sült bécsi rudacska, Zöldborsó főzelék, GM pékáru, ebédhez	Sertésgulyás, Zöldséges rakott penne	Magyaros karfiollev., Bácskai rizses hús, Céklasaláta							
				Energia: 540.16 Kcal / 2,257.87 KJ		Energia: 371.90 Kcal / 1,554.54 KJ		Energia: 372.21 Kcal / 1,555.84 KJ					
					Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
					16.99 g	25.05 g	5.56 g	9.65 g	11.63 g	2.44 g	15.65 g	11.19 g	1.96 g
					Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
			61.88 g	8.09 g	3.26 g	56.27 g	2.55 g	4.14 g	52.02 g	3.20 g	1.30 g		
				9		9		15,(12)					
Uzsonna	(00957) Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6			Olasz felvágott, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Jégcsapretek	Hegyi sonka, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Uborka	Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Gluténmentes pékáru							
				Energia: 279.34 Kcal / 1,167.64 KJ		Energia: 234.01 Kcal / 978.16 KJ		Energia: 213.83 Kcal / 893.81 KJ					
					Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
					6.62 g	14.18 g	4.40 g	7.26 g	8.58 g	2.29 g	3.66 g	8.35 g	2.10 g
					Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
			28.13 g	3.52 g	1.44 g	28.72 g	0.40 g	1.03 g	27.84 g	0.40 g	0.59 g		

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

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

Allergén lista (kód-allergén)

- | | | | | | |
|----------|----------------|------------|----------------------|----------------------------|---------------|
| 1-glutén | 4-hal | 7-tejterm | 10-mustár | 13-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélél | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |
- Quadro Byte Zrt 1/1
Oldalak

Ó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

2022.02.22 11:37:20 | QB - Élelem

Tételes étlap 2022.10.31 - 2022.11.06

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének			
11/2/2022 00957	Tej, tojás, glutén, citrusOM 4-6	R Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
		Baromfi 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			
		T Herba tea CM	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			
		Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	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			
		Sült bécsi rudacska	599,16	143,34	7,50	12,47	4,65	0,12	0,00	1,50			
		Zöldborsó főzelék	1 059,37	249,61	7,67	11,78	0,87	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 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			
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49			
		Jégcsapretek	11,80	2,83	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01			
		V Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
		Olaszos Rakott tészta	1 403,87	335,85	15,24	8,60	2,05	48,35	2,85	1,55			
		Összesen:	7 404,75	1 767,67	48,99	65,33	19,89	235,51	55,43	8,11			
11/3/2022 00957	Tej, tojás, glutén, citrusOM 4-6	R Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
		Kedvenc Ízek sonka	133,90	32,04	4,24	1,64	0,58	0,04	0,00	0,66			
		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			
		T Herba tea CM	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			
		E Sertésgulyás	568,93	136,11	5,23	7,35	2,00	11,91	0,01	0,10	9		
		Zöldséges rakott penne	989,94	235,79	4,42	4,28	0,44	44,36	2,54	4,04			
		U Hegyi sonka	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43			
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49			
		Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01			
		V Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
		Lángos GM	161,99	38,75	1,00	2,19	0,25	3,98	0,23	1,12			
		Növényi tejfől	5,48	1,31	0,07	0,06	0,01	0,13	0,00	0,05			
		Növényi sajt szórát	23,95	5,73	0,00	0,46	0,00	0,40	0,00	0,00			
		Összesen:	5 522,57	1 320,17	29,91	46,56	11,40	184,83	44,15	8,28			
		11/4/2022 00957	Tej, tojás, glutén, citrusOM 4-6	R Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
				Pulykamell sonka	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43	
Liga margarin	265,61			63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
Gluténmentes pékáru	610,28			146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49			
Paprika	16,38			3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
T Karamellás rizstej	632,16			151,23	0,06	1,92	0,23	32,60	24,76	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 Magyaros karfiollev.	169,61			39,97	1,19	1,57	0,18	5,36	0,00	0,54			
Bácskai rizses hús	1 282,60			306,84	13,94	9,58	1,78	41,10	0,00	0,27			
Céklasaláta	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	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			
V Herba tea CM	224,89			53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
Magyaros sertés szelet	493,29			118,01	12,87	6,57	1,95	1,70	0,00	0,62			
Tepsis burgonya	876,92			209,79	5,40	1,23	0,14	43,20	0,00	0,24			
Összesen:	6 764,83			1 617,80	48,60	45,88	10,77	240,66	55,94	4,36			