


Heti étlap 2022.11.21. -2022.11.27.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(01185) PKU	Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Kenyér, PKU, paprika			Karamellás rizstej, Liga margarin , Kenyér, PKU			Herba tea CM, Padlizsánkrém házi, Kenyér, PKU, Salátalevél			Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Kenyér, PKU, Paradicsom			Vaníliás rizstej, Liga margarin , Kenyér, PKU		
		Energia: 203.88 Kcal / 852.22 KJ			Energia: 290.73 Kcal / 1,215.25 KJ			Energia: 200.64 Kcal / 838.68 KJ			Energia: 200.42 Kcal / 837.76 KJ			Energia: 297.09 Kcal / 1,241.84 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		1.29 g	6.63 g	4.29 g	0.67 g	10.62 g	2.23 g	0.91 g	7.01 g	1.52 g	1.01 g	6.55 g	4.30 g	0.68 g	10.63 g	2.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
34.49 g	14.38 g	0.74 g	46.91 g	21.47 g	0.52 g	33.05 g	14.38 g	0.60 g	34.09 g	14.38 g	0.74 g	48.46 g	22.41 g	0.52 g		
1,(7)			1,(7)			1,(7)			1,(7)			1,(7)				
Ebéd	(01185) PKU	Zöldbableves, Morzsás tészta PKU, Áfonyalekvár, Porcukor, Alma			Kertészleves, Virsli, PKU, Paradicsomos káposzta főzelék, Kenyér, PKU			Meggyes Almaleves, Rántott növényi sajt, Párolt rizs PKU, Káposztasaláta			Tejfölös karfiollev., Pusztapörkölt burgonyával, Vegyesvágott			Zöldségleves, Levesbetét, Eszterházi sertésragu, Főtt tészta		
		Energia: 532.33 Kcal / 2,225.14 KJ			Energia: 251.69 Kcal / 1,052.06 KJ			Energia: 512.83 Kcal / 2,143.63 KJ			Energia: 519.91 Kcal / 2,173.22 KJ			Energia: 391.65 Kcal / 1,637.10 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		3.52 g	8.80 g	1.46 g	5.92 g	5.00 g	0.30 g	2.04 g	11.32 g	2.11 g	29.18 g	20.24 g	5.16 g	12.11 g	12.01 g	3.12 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
108.51 g	22.21 g	0.86 g	44.66 g	10.44 g	2.84 g	101.58 g	16.93 g	2.36 g	53.98 g	2.42 g	2.91 g	57.83 g	3.00 g	1.28 g		
1,3,9,(12)			1,9,(7)			1,7			7,9,15,(12)			1,3,7,10,(12)				
Uzsonna	(01185) PKU	Diétás sütemény			Növényi szendvicskrém, Kenyér, PKU, Jégcsapretek			Sült paprika krém, Kenyér, PKU, kigyóuborka			Házi gyümölcsjoghurt meggyes, Kenyér, PKU			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Kenyér, PKU, Körte		
		Energia: 366.00 Kcal / 1,529.88 KJ			Energia: 145.06 Kcal / 606.35 KJ			Energia: 132.61 Kcal / 554.31 KJ			Energia: 320.10 Kcal / 1,338.02 KJ			Energia: 240.75 Kcal / 1,006.34 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		5.20 g	1.60 g	0.30 g	1.03 g	6.53 g	4.30 g	1.36 g	4.99 g	1.24 g	7.63 g	9.06 g	4.00 g	1.21 g	9.51 g	1.99 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
81.70 g	40.70 g	0.57 g	20.43 g	4.11 g	0.75 g	20.20 g	5.39 g	0.57 g	51.08 g	20.97 g	1.02 g	36.94 g	0.99 g	0.53 g		
1,(7)			1,(7)			1,(7)			1,7			1,(7)				

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

Allergén lista (kód-allergén)

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

Jó étvágyat kívánunk!

.....
 Élelmezésvezető

Tételes étlap 2022.11.21 - 2022.11.27

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
11/21/2022	László (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 szendvicskrém	203,98	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32	
			Kenyér, PKU	390,60	93,44	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)
			paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
			E Zöldbaleves	297,75	71,23	2,38	2,36	0,29	10,03	0,02	0,57	1,3,9
			Morzás tészta PKU	1 321,92	316,25	0,46	5,84	1,17	65,09	1,34	0,26	3
			Áfonyalekvár	219,53	52,52	0,08	0,00	0,00	12,90	10,86	0,01	(12)
			Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00	
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
			U Diétás sütemény	1 529,88	366,00	5,20	1,60	0,30	81,70	40,70	0,57	
			Összesen:	4 607,26	1 102,21	10,01	17,03	6,05	224,70	77,29	2,17	
11/22/2022	László (01186)	PKU 4-6	T Karamellás rizstej	559,09	133,75	0,06	1,91	0,24	28,27	20,48	0,00	
			Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
			Kenyér, PKU	390,60	93,44	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)
			E Kertészleves	169,23	40,46	1,72	1,60	0,18	4,72	0,01	0,55	9
			Virslí, PKU	64,37	15,40	0,53	1,20	0,00	0,37	0,00	0,31	
			Paradicsomos káposzta főzelék	428,01	102,39	3,08	0,49	0,03	20,97	9,44	1,56	
			Kenyér, PKU	390,60	93,44	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)
			U Növényi szendvicskrém	203,98	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32	
			Kenyér, PKU	390,60	93,44	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)
			Jégcsapretek	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01	
			Összesen:	2 873,89	687,48	7,62	22,15	6,83	112,00	36,02	4,11	
11/23/2022	László (01186)	PKU 4-6	T Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Padlizsánkrém házi	221,50	52,99	0,28	5,29	1,43	1,01	0,00	0,18	
			Kenyér, PKU	390,60	93,44	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)
			Salátalevél	1,73	0,41	0,04	0,01	0,00	0,05	0,00	0,00	
			E Meggyes Almaleves	393,90	85,54	0,97	1,81	0,98	18,19	11,99	0,34	1,7
			Rántott növényi sajt	409,09	97,87	0,17	2,23	0,17	19,50	0,94	0,15	1
			Párolt rizs PKU	1 255,70	300,40	0,25	7,20	0,95	57,60	0,00	1,46	
			Káposztasaláta	121,32	29,02	0,65	0,08	0,01	6,29	4,00	0,41	
			U Sült paprika krém	144,09	34,47	0,37	3,24	0,85	0,92	0,00	0,14	
			Kenyér, PKU	390,60	93,44	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)
			kígyóuborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	4,40	0,01	
Összesen:	3 573,08	846,08	4,31	23,32	4,87	154,83	36,70	3,53				
11/24/2022	László (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 szendvicskrém	203,98	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32	
			Kenyér, PKU	390,60	93,44	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
			E Tejfölös karfiollev.	197,82	46,60	1,90	2,26	1,15	4,83	0,02	0,68	7,9
			Pusztapörkölt burgonyával	1 881,98	450,23	26,74	17,91	4,00	44,19	0,00	1,71	
			Vegyesvágott	96,46	23,08	0,54	0,07	0,01	4,96	2,40	0,52	15,(12)
			U Házi gyümölcsjoghurt meggyes	947,45	226,66	7,04	7,35	3,91	32,48	19,98	0,60	7
			Kenyér, PKU	390,60	93,44	0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)
			Összesen:	4 352,09	1 040,43	37,82	35,85	13,46	139,15	37,77	4,67	
			11/25/2022	László (01186)	PKU 4-6	T Vanília rizstej	585,65	140,11	0,07	1,92	0,24	29,82
Liga margarin	265,61	63,54				0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
Kenyér, PKU	390,60	93,44				0,59	1,71	0,09	18,60	0,99	0,42	1,(7)
E Zöldségleves	141,45	33,84				1,19	0,43	0,05	6,12	0,00	0,46	
Levesbetét	114,71	27,44				1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3
Eszterházi sertésragu	539,90	129,16				9,52	6,49	2,26	7,98	3,00	0,77	1,7,10,(12)
Főtt tészta	841,10	201,21				0,21	4,74	0,75	38,88	0,00	0,00	3
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	63,54				0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
Körte	332,27	79,49				0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01	
Összesen:	3 885,37	929,49				14,00	32,15	7,34	143,23	26,40	2,33	

Heti étlap 2022.11.21. - 2022.11.27.

		Hétfő			Kedd			Szerda			csütörtök			Péntek					
eatrend	Tízórai	(00320) Glutén,szója,hal és olajosmag mentes 4-6			Herba tea CM, Natúr vajkrém, paprika, Gluténmentes pékáru			Karamellás tej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea CM, Padlizsánkrém házi, Gluténmentes pékáru, Salátalevél			Herba tea CM, Füstölt sajtkrém, Gluténmentes pékáru, Paradicsom			Vaníliás tej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru		
		Energia: 283.60 Kcal / 1,185.45 KJ			Energia: 356.79 Kcal / 1,491.38 KJ			Energia: 253.20 Kcal / 1,058.38 KJ			Energia: 279.74 Kcal / 1,169.31 KJ			Energia: 349.35 Kcal / 1,460.28 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		4.62 g	9.12 g	4.07 g	10.46 g	11.00 g	3.73 g	3.96 g	6.30 g	1.63 g	5.27 g	8.58 g	4.72 g	10.47 g	11.00 g	3.73 g			
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só							
42.49 g 13.79 g 0.49 g			50.63 g 12.89 g 0.86 g			41.95 g 13.79 g 0.67 g			42.08 g 13.79 g 0.74 g			48.76 g 10.39 g 0.86 g							
7			7			7			7			7							
Ebéd	(00320) Glutén,szója,hal és olajosmag mentes 4-6	Palócgulyás leves, Kukoricadarás tészta, Áfonyalekvár, Porcukor, Alma			Kertészleves, Sertés aprósült, Paradicsomos káposzta főzelék, GM pékáru, ebédhez			Meggyes Almaleves, Rántott sertésszelet, Rizibizi, Káposztasaláta			Tejfölös karfiollev., Pusztaörkölt burgonyával, Vegyesvágott			Csontleves , Levesbetét, Eszterházi sertésragu, Főtt tészta					
		Energia: 574.95 Kcal / 2,403.29 KJ			Energia: 471.08 Kcal / 1,969.11 KJ			Energia: 419.19 Kcal / 1,752.21 KJ			Energia: 422.15 Kcal / 1,764.59 KJ			Energia: 469.01 Kcal / 1,960.46 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		9.99 g	15.09 g	2.93 g	13.54 g	21.11 g	5.29 g	18.86 g	8.53 g	2.08 g	15.44 g	20.85 g	5.93 g	12.93 g	19.59 g	4.86 g			
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só							
97.82 g 23.42 g 1.21 g			55.51 g 10.94 g 2.22 g			68.05 g 11.99 g 1.89 g			42.23 g 2.42 g 2.03 g			59.13 g 5.70 g 1.48 g							
7,(12)			9			7,15,(12)			9,10,(12)										
Uzsonna	(00320) Glutén,szója,hal és olajosmag mentes 4-6	Diétás péksütemény sós			Zala felvágott, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Jégcsapretek			Sertés párizsi, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, kígyóuborka			Házi gyümölcsjoghurt meggyes, Gluténmentes pékáru			Sajt szelet, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Körte					
		Energia: 213.62 Kcal / 892.93 KJ			Energia: 253.12 Kcal / 1,058.04 KJ			Energia: 256.88 Kcal / 1,073.76 KJ			Energia: 372.66 Kcal / 1,557.72 KJ			Energia: 359.57 Kcal / 1,503.00 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		3.90 g	12.60 g	4.92 g	6.61 g	11.21 g	3.28 g	6.44 g	11.68 g	3.78 g	10.68 g	8.35 g	4.11 g	9.50 g	13.77 g	5.48 g			
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só							
14.13 g 0.47 g 1.21 g			28.30 g 3.52 g 1.00 g			28.26 g 4.80 g 1.06 g			59.98 g 20.38 g 1.09 g			45.88 g 0.40 g 1.00 g							
7			7			7			7			7							

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

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

Allergén lista (kód-allergén)

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

ó étvágyat kívánunk

Élelmezésvezető

Tételes étlap 2022.11.21 - 2022.11.27

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
11/21/2022 L-4-4-2 (00320)	Glutén, szója, hal és olajosM 4-6	R Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08			
		Áiom sonka	92,40	22,11	3,40	0,56	0,18	0,84	0,00	0,43		
		Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
		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 vajkrém	317,52	75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	0,00	0,00 7		
		paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
		E Palócgulyás leves	559,03	133,74	5,07	8,52	2,28	8,92	0,00	1,07 7		
		Kukoricadarás tészta	1 238,78	296,36	4,24	5,97	0,65	55,51	2,57	0,11		
		Áfonyalekvár	219,53	52,52	0,08	0,00	0,00	12,90	10,86	0,01 (12)		
		Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00		
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		U Diétás péksütemény sós	892,94	213,62	3,90	12,60	4,92	14,13	0,47	1,21		
		V Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01		
		Sült bécsi rudacska	616,70	147,54	7,50	12,93	4,70	0,12	0,00	1,50		
		Ketchup	90,72	21,70	0,42	0,08	0,00	4,80	2,80	0,43 (9)		
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
			Összesen:	7 256,49	1 736,00	37,27	59,38	19,10	243,24	41,28	6,44	
		11/22/2022 L-4-4-2 (00320)	Glutén, szója, hal és olajosM 4-6	R Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01
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		
T Karamellás tej	615,51			147,25	6,80	3,00	1,63	23,09	12,49	0,27 7		
Liga margarin	265,61			63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
Gluténmentes pékáru	610,28			146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
E Kertészleves	124,89			29,85	0,98	1,52	0,17	2,99	0,00	0,55 9		
Sertés aprósült	697,34			166,83	8,85	14,27	4,53	0,55	0,00	0,09		
Paradicsomos káposzta főzelék	714,67			170,98	3,11	5,17	0,57	27,46	9,44	1,56		
GM pékáru, ebédhez	432,30			103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02		
U Zala felvágott	170,39			40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40		
Liga margarin	265,61			63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
Gluténmentes pékáru	610,28			146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
Jégcsapretek	11,80			2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01		
V Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08		
Pizzaszelet	890,51			213,04	7,23	15,44	2,19	11,11	0,20	3,10		
	Összesen:			6 824,55	1 632,63	42,72	67,46	19,27	201,45	27,95	8,00	
11/23/2022 L-4-4-2 (00320)	Glutén, szója, hal és olajosM 4-6			R Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	
				Kockasajt	314,79	75,31	4,18	6,25	3,72	0,50	0,00	0,70 7
				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		
		Padlizsánkrém házi	221,50	52,99	0,28	5,29	1,43	1,01	0,00	0,18		
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
		Salátalevel	1,73	0,41	0,04	0,01	0,00	0,05	0,00	0,00		
		E Meggyes Almaleves	236,08	47,78	0,37	0,21	0,02	13,08	7,99	0,33		
		Rántott sertészelet	509,21	121,82	12,09	5,21	1,71	6,43	0,00	0,65		
		Rizi-bizi	922,00	220,57	5,75	3,03	0,34	42,25	0,00	0,50		
		Káposztasaláta	121,32	29,02	0,65	0,08	0,01	6,29	4,00	0,41		
		U Sertés párizsi	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46		
		Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
		kígyóborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	4,40	0,01		
		V Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01		
		Fokhagymás tejfő	270,34	64,67	1,43	5,50	3,09	2,28	0,00	0,07 7		
		Lángos GM	142,10	34,00	0,88	1,92	0,22	3,50	0,20	0,99		
			Összesen:	5 747,14	1 366,19	39,53	41,18	14,72	200,04	31,18	5,96	
		11/24/2022 L-4-4-2 (00320)	Glutén, szója, hal és olajosM 4-6	R Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01
Olasz felvágott	279,89			66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
Liga margarin	265,61			63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
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		
Füstölt sajtkrém	315,86			75,56	1,43	7,54	4,51	0,39	0,00	0,25 7		
Gluténmentes pékáru	610,28			146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
Paradicsom	18,31			4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
E Tejfőles karfiollev.	248,41			58,82	1,94	2,86	0,83	6,46	0,02	0,56 7		
Pusztapörkölt burgonyával	1 422,25			340,25	12,96	17,92	5,09	30,81	0,00	0,95		
Vegyesvágott	96,46			23,08	0,54	0,07	0,01	4,96	2,40	0,52 15,(12)		
U Házi gyümölcsjoghurt meggyes	947,45			226,66	7,04	7,35	3,91	32,48	19,98	0,60 7		
Gluténmentes pékáru	610,28			146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
V Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08		
Meleg szendvics	2 492,87			596,38	9,24	16,64	4,23	100,60	6,00	1,13		
	Összesen:			8 631,66	2 064,37	47,17	68,58	23,38	300,49	42,99	6,51	
11/25/2022 L-4-4-2 (00320)	Glutén, szója, hal és olajosM 4-6			R Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	
				Szendvics sonka	108,70	26,00	4,44	0,28	0,11	1,40	0,00	0,46
				Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10
				Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49
		T Vanília tej	584,43	139,81	6,81	3,00	1,63	21,22	9,99	0,27 7		
		Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
		E Csontleves	115,62	27,66	1,17	0,74	0,03	4,04	0,02	0,69 9		
		Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01		
		Eszterházi sertésragu	759,59	181,72	9,22	13,27	4,40	6,12	2,50	0,64 10,(12)		
		Főtt tészta	997,92	238,74	2,30	5,46	0,42	44,35	2,88	0,14		
		U Sajt szelet	294,84	70,54	5,24	5,32	3,38	0,34	0,00	0,40 7		
		Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
		Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01		
		V Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01		
		Csirkemájás rizottó	1 397,67	334,37	19,80	8,33	1,63	44,63	0,00	0,24		
			Összesen:	7 794,83	1 864,78	60,94	60,97	17,91	255,34	16,89	4,72	

Heti étlap 2022.11.21. - 2022.11.27.

	hétfő	kedd	szërda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap	
Reggeli	(00329) Kímélő étrend (TTOMR ostFűszerSzeg)	Asványvíz, szénsavmentes 0,1-es, Álom sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL	Almalé, Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL	Asványvíz, szénsavmentes 0,1-es, Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL	Almalé, Olasz felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL	Asványvíz, szénsavmentes 0,1-es, Szendvics sonka, Liga margarin, Diétás	Rizstej, Diétás péksütemény	Asványvíz, szénsavmentes 0,1-es, Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL
	Energia: 455.32 Kcal / 1,903.24 KJ	Energia: 498.56 Kcal / 2,083.98 KJ	Energia: 381.62 Kcal / 1,595.17 KJ	Energia: 661.97 Kcal / 2,767.03 KJ	Energia: 463.12 Kcal / 1,935.84 KJ	Energia: 396.15 Kcal / 1,655.91 KJ	Energia: 389.46 Kcal / 1,627.94 KJ	
	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	
	17.95 g 16.58 g 4.26 g	11.69 g 11.06 g 8.49 g	11.55 g 11.06 g 8.49 g	16.77 g 27.78 g 8.47 g	20.03 g 16.02 g 4.10 g	1.59 g 14.76 g 1.25 g	12.03 g 11.18 g 8.49 g	
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
58.02 g 0.00 g 2.29 g	86.86 g 0.00 g 1.81 g	58.86 g 0.00 g 1.88 g	84.46 g 0.00 g 3.05 g	59.14 g 0.00 g 2.36 g	55.47 g 30.89 g 0.30 g	60.06 g 0.00 g 1.88 g		
1	1	1	1	1	1	1		
Tízórai	(00329) Kímélő étrend (TTOMR ostFűszerSzeg)	Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL, paprika	Rizstej, Liga margarin, Diétás pékáru BL	Herba tea CM, Padlizsánkrém házi, Diétás pékáru BL, Salátalevél	Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL, Paradicsom	Vaníliás rizstej, Liga margarin, Diétás pékáru BL	Herba tea CM, Köles körözött, Diétás pékáru BL	Herba tea CM, Csirkemell sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL
	Energia: 469.76 Kcal / 1,963.60 KJ	Energia: 536.46 Kcal / 2,242.40 KJ	Energia: 471.33 Kcal / 1,970.16 KJ	Energia: 470.68 Kcal / 1,967.44 KJ	Energia: 620.23 Kcal / 2,592.56 KJ	Energia: 535.56 Kcal / 2,238.64 KJ	Energia: 635.62 Kcal / 2,238.89 KJ	
	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	
	12.03 g 11.18 g 8.49 g	11.24 g 18.32 g 4.24 g	11.76 g 12.06 g 2.94 g	11.95 g 11.14 g 8.51 g	11.25 g 18.32 g 4.25 g	12.38 g 15.97 g 4.01 g	17.95 g 16.58 g 4.26 g	
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
80.04 g 19.98 g 1.80 g	80.01 g 11.99 g 1.36 g	78.38 g 19.98 g 1.51 g	80.44 g 19.98 g 1.81 g	100.84 g 31.97 g 1.36 g	84.94 g 19.98 g 1.85 g	78.00 g 19.98 g 2.21 g		
1	1	1	1	1	1	1		
Ebéd	(00329) Kímélő étrend (TTOMR ostFűszerSzeg)	Húsleves, Kukoricadarás tészta, Áfonyalekvár, Porcukor, Alma	Kertészleves, Sertés aprósült, Kelbimbófőzelék, Diétás pékáru BL	Meggyes Almaleves, Roston sült sertés, Párolt rizs, Cékasaláta	Zöldségleves, Pusztaöpökölt burgonyával, Cékasaláta	Csontleves zellermentes, Levesbetét, Eszterházi	Zöldségleves, Gombás s.szelet, Párolt rizs	Lebbencsleves, Brassói aprópecsenye, Cékasaláta
	Energia: 972.12 Kcal / 4,063.46 KJ	Energia: 825.31 Kcal / 3,449.80 KJ	Energia: 798.20 Kcal / 3,336.48 KJ	Energia: 794.01 Kcal / 3,318.96 KJ	Energia: 762.29 Kcal / 3,186.37 KJ	Energia: 722.78 Kcal / 3,021.22 KJ	Energia: 1,089.54 Kcal / 4,554.28 KJ	
	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	
	17.85 g 31.84 g 5.77 g	31.53 g 42.76 g 10.79 g	29.91 g 27.41 g 5.07 g	26.22 g 42.60 g 10.59 g	23.70 g 35.13 g 9.47 g	28.48 g 30.53 g 5.21 g	35.45 g 51.49 g 14.95 g	
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
150.91 g 36.22 g 5.35 g	76.93 g 3.00 g 2.60 g	110.67 g 23.97 g 5.05 g	74.91 g 8.04 g 6.00 g	86.06 g 9.50 g 4.50 g	84.75 g 0.05 g 5.27 g	117.67 g 9.01 g 9.30 g		
(12)	(12)	15,(12)	9,15,(12)	1	9	15,(1),(6),(12)		
Uzsonna	(00329) Kímélő étrend (TTOMR ostFűszerSzeg)	Diétás péksütemény	Zala felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Jégcsapretek	Sertés párizsi, Liga margarin, Diétás pékáru BL, kigyóuborka	Házi meggyes gyümölcskrém, Diétás pékáru BL	Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Körte	Sült hús krém, Diétás pékáru BL, Póréhagymakarika	Sertés párizsi, Liga margarin, Diétás pékáru BL
	Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ	Energia: 498.28 Kcal / 2,082.81 KJ	Energia: 501.10 Kcal / 2,094.60 KJ	Energia: 320.59 Kcal / 1,340.07 KJ	Energia: 499.15 Kcal / 2,086.45 KJ	Energia: 515.86 Kcal / 2,156.29 KJ	Energia: 496.40 Kcal / 2,074.95 KJ	
	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	
	1.50 g 11.90 g 0.90 g	17.05 g 21.88 g 6.23 g	16.31 g 22.78 g 6.94 g	11.46 g 1.67 g 0.10 g	11.75 g 16.60 g 3.89 g	14.43 g 24.94 g 6.77 g	15.91 g 22.74 g 6.64 g	
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
31.80 g 18.90 g 0.30 g	57.85 g 6.24 g 2.18 g	57.10 g 4.40 g 2.28 g	64.10 g 1.00 g 1.16 g	74.94 g 0.00 g 1.37 g	57.78 g 0.00 g 1.66 g	56.42 g 0.00 g 2.27 g		
1	1	1	1	1	1	1		
Vacsora	(00329) Kímélő étrend (TTOMR ostFűszerSzeg)	Almalé, Sült bécsi rudacska, Diétás pékáru BL, Salátalevél	Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es, Carbonara szósz, Főtt tészta	Almalé, Sonkás-sajtos rakott tészta	Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es, Meleg szendvics	Almalé, Csirkemájás rizotto	Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es, Fasírt, Sárgarépa-főzelék, Diétás pékáru BL	Almalé, Óvári sertésszelet, Köles
	Energia: 688.67 Kcal / 2,878.64 KJ	Energia: 959.24 Kcal / 4,009.62 KJ	Energia: 416.79 Kcal / 1,742.18 KJ	Energia: 486.03 Kcal / 2,031.61 KJ	Energia: 703.56 Kcal / 2,940.88 KJ	Energia: 711.03 Kcal / 2,972.11 KJ	Energia: 850.83 Kcal / 3,556.47 KJ	
	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	
	26.34 g 26.41 g 9.39 g	10.71 g 69.85 g 23.55 g	11.11 g 12.27 g 2.10 g	18.80 g 16.36 g 4.18 g	34.87 g 14.61 g 2.86 g	31.37 g 22.72 g 3.92 g	39.21 g 33.07 g 6.69 g	
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
84.63 g 0.00 g 4.17 g	69.99 g 6.40 g 4.09 g	64.73 g 2.80 g 1.64 g	65.32 g 0.00 g 3.53 g	106.30 g 0.00 g 0.43 g	94.38 g 9.99 g 3.92 g	97.12 g 0.00 g 5.61 g		
1	1	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-tejfejtéri 10-mustár 13-csillagfűrt 16-édesgyökér
 2-rák 5-földimogyoró 8-diófélék 11-szám 14-pubatestűek
 3-tojás 6-sója 9-zeller 12-kéndioxid-szulfid 15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

Heti étlap 2022.11.21. - 2022.11.27.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	372 Tej-tojásmentes 4-6 éves	Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL, paprika			Kakaó riztejből, Liga margarin, Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Padlizsánkrém házi, Diétás pékáru BL, Salátalevél			Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL, Paradicsom			Vaníliás rizstej, Liga margarin, Diétás pékáru BL		
		Energia: 248.53 Kcal / 1,038.86 KJ			Energia: 346.49 Kcal / 1,448.33 KJ			Energia: 249.32 Kcal / 1,042.16 KJ			Energia: 248.99 Kcal / 1,040.78 KJ			Energia: 345.67 Kcal / 1,444.90 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.02 g	5.59 g	4.25 g	5.83 g	9.86 g	2.32 g	5.89 g	6.03 g	1.48 g	5.98 g	5.57 g	4.26 g	5.65 g	9.65 g	2.19 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
43.42 g	13.39 g	0.90 g	57.52 g	21.42 g	0.68 g	42.60 g	13.39 g	0.76 g	43.62 g	13.39 g	0.91 g	57.99 g	21.42 g	0.68 g		
		1			1			1			1			1		
Ebéd	372 Tej-tojásmentes 4-6 éves	Palócgulyás leves, Grízes tészta, Áfonyalekvár, Porcukor, Alma			Kertészleves, Sertés aprósült, Paradicsomos káposzta főzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			Meggyes Almaleves, Rántott sertésszelet, Rizibizi, Káposztasaláta			Karfiolleves, Pusztapörkölt burgonyával, Vegyesvágott			Csontleves, Levesbetét, Eszterházi sertésragu, Főtt tészta		
		Energia: 573.16 Kcal / 2,395.81 KJ			Energia: 415.10 Kcal / 1,735.12 KJ			Energia: 481.60 Kcal / 2,013.09 KJ			Energia: 309.79 Kcal / 1,294.92 KJ			Energia: 458.31 Kcal / 1,915.74 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.98 g	14.86 g	2.42 g	14.31 g	16.52 g	4.79 g	20.67 g	9.85 g	2.23 g	16.83 g	11.89 g	2.48 g	12.61 g	19.31 g	4.87 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
98.24 g	23.42 g	1.21 g	51.16 g	10.95 g	2.72 g	78.77 g	10.39 g	2.11 g	33.16 g	2.42 g	2.03 g	57.44 g	5.70 g	1.81 g		
		1,(12)			9			1			9,15,(12)			1,9		
Uzsonna	372 Tej-tojásmentes 4-6 éves	Diétás péksütemény sós			Zala felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Jégcsapretek			Sertés párizsi, Liga margarin, Diétás pékáru BL, kigyóuborka			Házi meggyes szójajoghurt, Diétás pékáru BL			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Körte		
		Energia: 106.81 Kcal / 446.47 KJ			Energia: 249.15 Kcal / 1,041.45 KJ			Energia: 250.56 Kcal / 1,047.34 KJ			Energia: 226.24 Kcal / 945.68 KJ			Energia: 289.33 Kcal / 1,209.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		1.95 g	6.30 g	2.46 g	8.53 g	10.94 g	3.13 g	8.16 g	11.39 g	3.48 g	8.43 g	2.72 g	0.27 g	6.18 g	8.53 g	1.95 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
7.07 g	0.24 g	0.61 g	28.93 g	3.12 g	1.09 g	28.55 g	2.20 g	1.15 g	41.58 g	13.15 g	0.61 g	46.47 g	0.00 g	0.69 g		
		1			1			1,6			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 élesztőszer	
Quadro Byte Zrt				Oldalak	

Jó étvágyat kívánunk!


Élelmiszevizsgáló

2022.09.28 8:23:07 | QB - Élelem

Tételes étlap 2022.11.21 - 2022.11.27

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
11/21/2022 L.Á.É.Z. (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		
	Áiom sonka	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43		
	Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
	Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58	1	
	T Herba tea 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 Palócgyűlés leves	549,39	131,44	5,10	8,46	1,99	8,61	0,00	1,07	1	
	Grízés tészta	1 240,91	296,87	4,20	5,80	0,43	56,24	2,57	0,11	1	
	Áfonyalekvár	219,53	52,52	0,08	0,00	0,00	12,90	10,86	0,01	(12)	
	Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	U Diétás péksütemény sós	446,47	106,81	1,95	6,30	2,46	7,07	0,24	0,61		
	V Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00		
	Sült bécsi rudacska	599,16	143,34	7,50	12,47	4,65	0,12	0,00	1,50		
	Ketchup	91,17	21,82	0,42	0,08	0,00	4,82	2,81	0,44	(9)	
	Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58	1	
	Összesen:	6 566,46	1 570,94	40,41	48,32	15,97	237,59	66,64	6,35		
11/22/2022 L.Á.É.Z. (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		
	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	
	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 Kertészleves	169,16	40,44	1,72	1,60	0,18	4,72	0,01	0,56	9	
	Sertés aprósült	705,79	168,85	8,91	14,28	4,56	0,96	0,00	0,58		
	Paradicsomos káposzta főzelék	428,01	102,39	3,08	0,49	0,03	20,97	9,44	1,56		
	Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02		
	U Zala felvágott	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40		
	Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
	Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58	1	
	Jégcsaprek	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		
	Pizzaszelet	1 323,71	316,67	10,49	9,66	1,53	46,61	0,11	1,77	1	
	Összesen:	6 796,06	1 625,82	44,94	52,51	16,02	240,43	62,38	7,16		
	11/23/2022 L.Á.É.Z. (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	
		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	
T Herba tea CM		224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00		
Padlizsánkrém házi		221,50	52,99	0,28	5,29	1,43	1,01	0,00	0,18		
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		
E Meggyes Almaleves		235,79	47,71	0,48	0,23	0,02	12,89	7,99	0,33	1	
Rántott sertésszelet		509,21	121,82	12,09	5,21	1,71	6,43	0,00	0,65		
Rizi-bizi		1 210,07	289,49	7,45	4,33	0,49	54,76	0,00	0,72		
Káposztasaláta		94,40	22,58	0,65	0,08	0,01	4,69	2,40	0,41		
U Sertés párizsi		178,25	42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46		
Liga margarin		265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
Diétás pékáru BL		593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58	1	
kígyóborka		9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	2,20	0,01		
V Herba tea CM		224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00		
Lángos		662,57	158,51	4,96	2,31	0,38	29,49	0,18	0,90	1	
Fokhagymamártás		562,23	134,51	0,85	8,90	1,03	12,45	2,00	0,74		
Összesen:		6 611,11	1 572,91	46,31	44,01	12,85	248,07	54,94	6,56		
11/24/2022 L.Á.É.Z. (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		
	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	
	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	
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01		
	E Karfiolleves	128,25	30,08	1,05	1,61	0,19	3,01	0,02	0,54	9	
	Pusztapörkölt burgonyával	1 072,73	256,63	15,24	10,21	2,28	25,19	0,00	0,97		
	Vegyesvágott	96,46	23,08	0,54	0,07	0,01	4,96	2,40	0,52	15,(12)	
	U Házi meggyes szójajoghurt	352,05	84,23	2,87	1,99	0,22	13,45	13,15	0,03	6	
	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		
	Meleg szendvics	1 158,02	277,04	10,72	9,33	2,38	37,23	0,00	1,97	1	
	Összesen:	6 030,81	1 442,18	50,28	43,40	13,63	210,60	55,74	7,04		
	11/25/2022 L.Á.É.Z. (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	
		Szendvics sonka	108,70	26,01	4,44	0,28	0,11	1,40	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 Vaníliás rizstej		585,65	140,11	0,07	1,92	0,24	29,82	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 Csontleves		83,36	19,95	0,86	0,56	0,02	2,88	0,02	1,05	9	
Levesbetét		87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01		
Eszterházi sertésragu		747,07	178,73	9,21	13,17	4,42	5,59	2,50	0,61	1	
Főtt tészta		997,92	238,74	2,30	5,46	0,42	44,35	2,88	0,14		
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	
Körte		332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01		
V Herba tea CM		224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00		
Csikemájás rizottó		1 397,67	334,37	19,80	8,33	1,63	44,63	0,00	0,24		
Összesen:		7 385,25	1 766,85	54,26	53,83	12,70	262,88	53,90	4,56		

Heti étlap 2022.11.21. - 2022.11.27.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(00397) Glutén-,tejszója-,OM, halm 4-6	Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Gluténmentes pékáru, paprika			Karamellás rizstej, Liga margarin, Gluténmentes pékáru			Herba tea CM, Padlizsánkrém házi, Gluténmentes pékáru, Salátalevél			Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Gluténmentes pékáru, Paradicsom			Vaníliás rizstej, Liga margarin, Gluténmentes pékáru		
		Energia: 252.52 Kcal / 1,055.53 KJ			Energia: 332.79 Kcal / 1,391.06 KJ			Energia: 253.31 Kcal / 1,058.84 KJ			Energia: 252.98 Kcal / 1,057.46 KJ			Energia: 349.66 Kcal / 1,461.58 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		4.10 g	5.86 g	4.40 g	3.70 g	9.28 g	2.26 g	3.97 g	6.30 g	1.63 g	4.06 g	5.84 g	4.41 g	3.73 g	9.92 g	2.34 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
42.79 g	13.79 g	0.81 g	54.85 g	22.49 g	0.59 g	41.97 g	13.79 g	0.67 g	42.99 g	13.79 g	0.82 g	57.36 g	21.82 g	0.59 g		
Ebéd	(00397) Glutén-,tejszója-,OM, halm 4-6	Palócgulyás leves, Kukoricadarás tészta, Áfonyalekvár, Porcukor, Alma			Kertészleves, Sertés aprósült, Paradicsomos káposzta főzelék, GM pékáru, ebédhez			Meggyes Almaleves, Rántott sertésszelet, Rizibizi, Káposztasaláta			Karfiolleves, Pusztafőzött burgonyával, Vegyesvágott			Csontleves, Levesbetét, Eszterházi sertésragu, Főtt tészta		
		Energia: 571.17 Kcal / 2,387.49 KJ			Energia: 471.08 Kcal / 1,969.11 KJ			Energia: 481.67 Kcal / 2,013.38 KJ			Energia: 390.85 Kcal / 1,633.75 KJ			Energia: 461.30 Kcal / 1,928.23 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9.91 g	14.77 g	2.79 g	13.54 g	21.11 g	5.29 g	20.56 g	9.83 g	2.23 g	14.48 g	19.54 g	5.28 g	12.62 g	19.41 g	4.85 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
97.69 g	23.42 g	1.21 g	55.51 g	10.94 g	2.22 g	78.96 g	10.39 g	2.11 g	38.28 g	2.40 g	2.01 g	57.97 g	5.70 g	1.84 g		
(12)			9			15,(12)			9,10,(12)							
Uzsonna	(00397) Glutén-,tejszója-,OM, halm 4-6	Diétás péksütemény sós			Zala felvágott, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Jégcsapretek			Sertés párizsi, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, kigyóuborka			Házi gyümölcsital rizstejjel, Gluténmentes pékáru			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Körte		
		Energia: 106.81 Kcal / 446.47 KJ			Energia: 253.14 Kcal / 1,058.13 KJ			Energia: 254.55 Kcal / 1,064.02 KJ			Energia: 249.67 Kcal / 1,043.62 KJ			Energia: 293.32 Kcal / 1,226.08 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		1.95 g	6.30 g	2.46 g	6.61 g	11.21 g	3.28 g	6.24 g	11.66 g	3.63 g	3.88 g	2.36 g	0.40 g	4.26 g	8.80 g	2.10 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
7.07 g	0.24 g	0.61 g	28.30 g	3.52 g	1.00 g	27.92 g	2.60 g	1.06 g	49.42 g	15.71 g	0.50 g	45.84 g	0.40 g	0.60 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-tejtermék 10-mustár | 13-csillagfürt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer | |

Quadro Byte Zrt

Oldalak


Jó étvágyat kívánunk!

2022.02.03 8:40:26 | QB - Élelem

Tételes étlap 2022.11.21 - 2022.11.27

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
11/21/2022 L-4-6-6 (00397)	Glutén-, tej-, szója-, OM, halM 4-6	R Ásványvíz, szénsavmentes 0,l-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08			
		Álom sonka	184,80	44,21	6,80	1,12	0,37	1,68	0,00	0,85		
		Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Gluténmentes pékáru	1 220,56	292,00	7,28	2,00	0,40	55,00	0,80	0,98		
		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 Palócgulyás leves	543,22	129,96	4,99	8,20	2,14	8,79	0,00	1,07		
		Kukoricadarás tészta	1 238,78	296,36	4,24	5,97	0,65	55,51	2,57	0,11		
		Áfonyalekvár	219,53	52,52	0,08	0,00	0,00	12,90	10,86	0,01 (12)		
		Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00		
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		U Diétás péksütemény sós	446,47	106,81	1,95	6,30	2,46	7,07	0,24	0,61		
		V Almálé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01		
		Sült kolbász házi TM	786,11	188,06	12,25	14,94	5,22	1,01	0,00	1,28		
		Ketchup	91,17	21,82	0,42	0,08	0,00	4,82	2,81	0,44 (9)		
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
			Összesen:	7 802,45	1 866,62	46,53	60,07	19,64	265,64	41,46	6,96	
		11/22/2022 L-4-6-6 (00397)	Glutén-, tej-, szója-, OM, halM 4-6	R Almálé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01
				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
T Karamellás rizstej	515,15			123,24	0,04	1,28	0,16	27,31	22,09	0,00		
Liga margarin	265,61			63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
Gluténmentes pékáru	610,28			146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
E Kertészleves	124,89			29,85	0,98	1,52	0,17	2,99	0,00	0,55 9		
Sertés aprósült	697,34			166,83	8,85	14,27	4,53	0,55	0,00	0,09		
Paradicsomos káposzta főzelék	714,67			170,98	3,11	5,17	0,57	27,46	9,44	1,56		
GM pékáru, ebédhez	432,30			103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02		
U Zala felvágott	170,39			40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40		
Liga margarin	265,61			63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
Gluténmentes pékáru	610,28			146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
Jégcsapretek	11,80			2,83	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01		
V Ásványvíz, szénsavmentes 0,l-es	0,00			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08		
Pizzaszelet	507,59			121,43	4,12	8,80	1,25	6,33	0,11	1,77		
	Összesen:			6 229,00	1 490,18	31,97	56,20	16,48	201,79	37,46	6,48	
11/23/2022 L-4-6-6 (00397)	Glutén-, tej-, szója-, OM, halM 4-6			R Ásványvíz, szénsavmentes 0,l-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	
				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
				T Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00
				Padlizsánkrém házi	221,50	52,99	0,28	5,29	1,43	1,01	0,00	0,18
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
		Salátalevel	2,16	0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00		
		E Meggyes Almaleves	236,08	47,78	0,37	0,21	0,02	13,08	7,99	0,33		
		Rántott sertésszelet	509,21	121,82	12,09	5,21	1,71	6,43	0,00	0,65		
		Rizi-bizi	1 210,07	289,49	7,45	4,33	0,49	54,76	0,00	0,72		
		Káposztasaláta	94,40	22,58	0,65	0,08	0,01	4,69	2,40	0,41		
		U Sertés párizsi	178,25	42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46		
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
		kigyóborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	2,20	0,01		
		V Almálé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01		
		Növényi tejföl	5,48	1,31	0,07	0,06	0,01	0,13	0,00	0,05		
		Lángos	833,45	199,39	4,14	2,46	0,32	40,19	0,23	1,13		
			Összesen:	6 314,58	1 501,97	38,98	36,11	12,22	245,97	27,41	5,92	
		11/24/2022 L-4-6-6 (00397)	Glutén-, tej-, szója-, OM, halM 4-6	R Almálé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01
				Zala felvágott	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40
				Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10
Gluténmentes pékáru	610,28			146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
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		
Paradicsom	18,31			4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01		
E Karfiolleves	117,57			27,52	0,98	1,55	0,18	2,51	0,00	0,54		
Pusztapörkölt burgonyával	1 422,25			340,25	12,96	17,92	5,09	30,81	0,00	0,95		
Vegyesvágott	96,46			23,08	0,54	0,07	0,01	4,96	2,40	0,52 15,(12)		
U Házi gyümölcsital rizstejjel	433,33			103,67	0,24	1,36	0,20	21,92	15,31	0,01		
Gluténmentes pékáru	610,28			146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
V Ásványvíz, szénsavmentes 0,l-es	0,00			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08		
Meleg szendvics	1 420,94			339,94	5,27	9,48	2,41	57,34	3,42	0,64		
	Összesen:			6 693,40	1 600,69	34,22	48,41	15,77	243,80	35,72	5,05	
11/25/2022 L-4-6-6 (00397)	Glutén-, tej-, szója-, OM, halM 4-6			R Ásványvíz, szénsavmentes 0,l-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	
				Szendvics sonka	108,70	26,01	4,44	0,28	0,11	1,40	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 Vanília rizstej	585,65	140,11	0,07	1,92	0,24	29,82	21,42	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 Csontleves	83,36	19,95	0,86	0,56	0,02	2,88	0,02	1,05 9		
		Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01		
		Eszterházi sertéssragu	759,59	181,72	9,22	13,27	4,40	6,12	2,50	0,64 10,(12)		
		Főtt tészta	997,92	238,74	2,30	5,46	0,42	44,35	2,88	0,14		
		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		
		Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01		
		V Almálé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01		
		Csirkemájás rizottó	1 397,67	334,37	19,80	8,33	1,63	44,63	0,00	0,24		
			Összesen:	7 486,82	1 791,15	48,65	54,74	13,13	262,74	28,32	4,41	

Heti étlap 2022.11.21. - 2022.11.27.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(00445) Tej-, tojás-, szója-, kókuszmentes	Herba tea CM, Zöldfűszeres margarinkrém, Diétás pékáru BL, paprika			Kakaó rizstejből, Liga margarin, Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Padlizsánkrém házi, Diétás pékáru BL, Salátalevél			Herba tea CM, Magyaros margarinkrém, Diétás pékáru BL, Paradicsom			Vaníliás rizstej, Liga margarin, Diétás pékáru BL		
		Energia: 285.84 Kcal / 1,194.81 KJ			Energia: 346.49 Kcal / 1,448.33 KJ			Energia: 249.32 Kcal / 1,042.16 KJ			Energia: 331.20 Kcal / 1,384.42 KJ			Energia: 345.67 Kcal / 1,444.90 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.85 g	10.25 g	2.62 g	5.83 g	9.86 g	2.32 g	5.89 g	6.03 g	1.48 g	5.91 g	15.16 g	3.91 g	5.65 g	9.65 g	2.19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
42.23 g	13.39 g	0.72 g	57.52 g	21.42 g	0.68 g	42.60 g	13.39 g	0.76 g	42.78 g	13.39 g	1.29 g	57.99 g	21.42 g	0.68 g		
1		1			1			1			1					
Ebéd	(00445) Tej-, tojás-, szója-, kókuszmentes	Palócgulyás leves, Grízes tészta, Áfonyalekvár, Porcukor, Alma			Kertészleves, Sertés aprósült, Paradicsomos káposzta főzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			Meggyes Almaleves, Rántott sertésszelet, Rizibizi, Káposztasaláta			Karfiolleves, Pusztafőzött burgonyával, Vegyesvágott			Csontleves, Levesbetét, Eszterházi sertésragu, Főtt tészta		
		Energia: 573.16 Kcal / 2,395.81 KJ			Energia: 415.10 Kcal / 1,735.12 KJ			Energia: 481.60 Kcal / 2,013.09 KJ			Energia: 309.79 Kcal / 1,294.92 KJ			Energia: 458.31 Kcal / 1,915.74 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.98 g	14.86 g	2.42 g	14.31 g	16.52 g	4.79 g	20.67 g	9.85 g	2.23 g	16.83 g	11.89 g	2.48 g	12.61 g	19.31 g	4.87 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
98.24 g	23.42 g	1.21 g	51.16 g	10.95 g	2.72 g	78.77 g	10.39 g	2.11 g	33.16 g	2.42 g	2.03 g	57.44 g	5.70 g	1.81 g		
1,(12)		9			1			9,15,(12)			1,9					
Uzsonna	(00445) Tej-, tojás-, szója-, kókuszmentes	Diétás péksütemény sós			Zala felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Jégcsapretek			Sertés párizsi, Liga margarin, Diétás pékáru BL, kigyóuborka			Házi meggyes gyümölcskrém, Diétás pékáru BL			Álom sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Körte		
		Energia: 106.81 Kcal / 446.47 KJ			Energia: 249.15 Kcal / 1,041.45 KJ			Energia: 250.56 Kcal / 1,047.34 KJ			Energia: 178.58 Kcal / 746.46 KJ			Energia: 307.16 Kcal / 1,283.93 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		1.95 g	6.30 g	2.46 g	8.53 g	10.94 g	3.13 g	8.16 g	11.39 g	3.48 g	5.91 g	0.94 g	0.06 g	9.58 g	8.74 g	2.14 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
7.07 g	0.24 g	0.61 g	28.93 g	3.12 g	1.09 g	28.55 g	2.20 g	1.15 g	35.97 g	1.00 g	0.58 g	47.01 g	0.00 g	1.12 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-tejtermék | 10-mustár | 13-csillagfürt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezámm | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |


Jó étvágyat kívánunk!

.....

Tételes étlap 2022.11.21 - 2022.11.27

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
11/21/2022	Laktóz (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	
		Zöldfűszeres margarinkrém	360,06	86,11	0,05	9,46	2,57	0,11	0,00	0,14	
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	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 Palócgulyás leves	549,39	131,44	5,10	8,46	1,99	8,61	0,00	1,07	1
		Grízteszta	1 240,91	296,87	4,20	5,80	0,43	56,24	2,57	0,11	1
		Áfonyalekvár	219,53	52,52	0,08	0,00	0,00	12,90	10,86	0,01	(12)
		Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00	
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
		U Diétás péksütemény sós	446,47	106,81	1,95	6,30	2,46	7,07	0,24	0,61	
	Összesen:	4 037,19	965,81	17,78	31,41	7,50	147,54	37,05	2,54		
11/22/2022	Laktóz (00446) Tej-, tojás-, kókuszmentes 4-6	T Kakaó riztejből	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 Kertészleves	169,16	40,44	1,72	1,60	0,18	4,72	0,01	0,56	9
		Sertés aprósült	705,79	168,85	8,91	14,28	4,56	0,96	0,00	0,58	
		Paradicsomos káposzta főzelék	428,01	102,39	3,08	0,49	0,03	20,97	9,44	1,56	
		Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
		U Zala felvágott	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40	
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
		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:	4 224,97	1 010,74	28,67	37,32	10,24	137,61	35,49	4,49		
11/23/2022	Csonthéj (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	
		Padlizsánkrém házi	221,50	52,99	0,28	5,29	1,43	1,01	0,00	0,18	
		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	
		E Meggyes Almaleves	235,79	47,71	0,48	0,23	0,02	12,89	7,99	0,33	1
		Rántott sertésszelet	509,21	121,82	12,09	5,21	1,71	6,43	0,00	0,65	
		Rizi-bizi	1 210,07	289,49	7,45	4,33	0,49	54,76	0,00	0,72	
		Káposztasaláta	94,40	22,58	0,65	0,08	0,01	4,69	2,40	0,41	
		U Sertés párizsi	178,25	42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46	
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58	1		
kígyóborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	2,20	0,01			
	Összesen:	4 138,93	981,48	34,72	27,27	7,19	149,92	25,98	4,02		
11/24/2022	Csonthéj (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	547,62	131,01	0,15	14,39	3,85	0,46	0,00	0,70	
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58	1
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01	
		E Karfiolleves	128,25	30,08	1,05	1,61	0,19	3,01	0,02	0,54	9
		Pusztapörkölt burgonyával	1 072,73	256,63	15,24	10,21	2,28	25,19	0,00	0,97	
		Vegyesvágott	96,46	23,08	0,54	0,07	0,01	4,96	2,40	0,52	15,(12)
		U Házi meggyes gyümölcskrém	152,85	36,57	0,35	0,21	0,01	7,84	1,00	0,00	
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58	1
			Összesen:	3 428,33	819,57	28,65	27,99	6,45	111,91	16,81	3,90
11/25/2022	Csonthéj (00446) Tej-, tojás-, kókuszmentes 4-6	T Vaníliás rizstej	585,65	140,11	0,07	1,92	0,24	29,82	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 Csontleves	83,36	19,95	0,86	0,56	0,02	2,88	0,02	1,05	9
		Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01	
		Eszterházi sertésragu	747,07	178,73	9,21	13,17	4,42	5,59	2,50	0,61	1
		Főtt tészta	997,92	238,74	2,30	5,46	0,42	44,35	2,88	0,14	
		U Álom sonka	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43	
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58	1
Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01			
	Összesen:	4 644,41	1 111,14	27,84	37,70	9,20	162,44	27,12	3,61		

Heti étlap 2022.11.21. - 2022.11.27.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	(00750) Kímélő étrend (TTOMRFSZ) 4- 6	Herba tea CM, Növényi szendvicsskrém, Diétás pékáru BL, paprika			Rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Padlizsánkrém házi, Diétás pékáru BL, Salátalevél			Herba tea CM, Növényi szendvicsskrém, Diétás pékáru BL, Paradicsom			Vaníliás rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL		
		Energia: 252.45 Kcal / 1,055.24 KJ			Energia: 289.11 Kcal / 1,208.48 KJ			Energia: 249.21 Kcal / 1,041.70 KJ			Energia: 248.99 Kcal / 1,040.78 KJ			Energia: 345.66 Kcal / 1,444.86 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.26 g	5.65 g	4.24 g	5.64 g	9.64 g	2.18 g	5.88 g	6.03 g	1.47 g	5.98 g	5.57 g	4.25 g	5.65 g	9.65 g	2.18 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
44.02 g	13.39 g	0.90 g	43.95 g	7.99 g	0.68 g	42.58 g	13.39 g	0.76 g	43.62 g	13.39 g	0.90 g	57.99 g	21.42 g	0.68 g		
1			1			1			1			1				
Ebéd	(00750) Kímélő étrend (TTOMRFSZ) 4- 6	Húsleves, Kukoricadarás tészta, Áfonyalekvár, Porcukor, Alma			Kertészleves, Sertés aprósült, Kelbimbófőzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			Meggyes Almaleves, Roston sült sertés, Párolt rizs, Céklasaláta			Zöldségleves, Pusztapörkölt burgonyával, Céklasaláta			Csontleves zellermentes, Levesbetét, Eszterházi sertésragu, Főtt tészta		
		Energia: 568.62 Kcal / 2,376.83 KJ			Energia: 441.33 Kcal / 1,844.76 KJ			Energia: 574.70 Kcal / 2,402.25 KJ			Energia: 433.27 Kcal / 1,811.07 KJ			Energia: 457.59 Kcal / 1,912.73 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.75 g	16.96 g	2.97 g	17.18 g	22.79 g	5.57 g	26.52 g	23.36 g	4.62 g	14.57 g	23.58 g	5.94 g	12.60 g	19.25 g	4.86 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
92.52 g	23.43 g	2.70 g	41.02 g	1.50 g	1.35 g	65.77 g	11.19 g	2.31 g	39.82 g	3.22 g	3.06 g	57.35 g	5.68 g	2.31 g		
(12)						15,(12)			9,15,(12)			1				
Uzsonna	(00750) Kímélő étrend (TTOMRFSZ) 4- 6	Diétás péksütemény			Zala felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Jégcsapretek			Sertés párizsi, Liga margarin , Diétás pékáru BL, kigyóuborka			Házi meggyes gyümölcskrém, Diétás pékáru BL			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Körte		
		Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ			Energia: 249.13 Kcal / 1,041.36 KJ			Energia: 252.89 Kcal / 1,057.08 KJ			Energia: 160.30 Kcal / 670.05 KJ			Energia: 289.32 Kcal / 1,209.36 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		1.50 g	11.90 g	0.90 g	8.53 g	10.94 g	3.12 g	8.36 g	11.41 g	3.62 g	5.74 g	0.84 g	0.05 g	6.18 g	8.53 g	1.94 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31.80 g	18.90 g	0.30 g	28.93 g	3.12 g	1.09 g	28.89 g	4.40 g	1.15 g	32.05 g	0.50 g	0.58 g	46.47 g	0.00 g	0.69 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-szszám
12-kéndioxid-szulfid


13-csillagfürt
14-puhatestűek
15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető

Heti étlap 2022.11.21. - 2022.11.27.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	802 Tejmentes 4-6 éves	Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL, paprika			Kakaó rizstejből, Liga margarin, Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Padlizsánkrém házi, Diétás pékáru BL, Salátalevél			Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL, Paradicsom			Vaníliás rizstej, Liga margarin, Diétás pékáru BL		
		Energia: 248.53 Kcal / 1,038.86 KJ			Energia: 346.49 Kcal / 1,448.33 KJ			Energia: 249.32 Kcal / 1,042.16 KJ			Energia: 248.99 Kcal / 1,040.78 KJ			Energia: 345.67 Kcal / 1,444.90 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.02 g	5.59 g	4.25 g	5.83 g	9.86 g	2.32 g	5.89 g	6.03 g	1.48 g	5.98 g	5.57 g	4.26 g	5.65 g	9.65 g	2.19 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
43.42 g 13.39 g 0.90 g			57.52 g 21.42 g 0.68 g			42.60 g 13.39 g 0.76 g			43.62 g 13.39 g 0.91 g			57.99 g 21.42 g 0.68 g				
Ebéd	802 Tejmentes 4-6 éves	1			1			1			1			1		
		Palócgulyás leves, Grízes tészta, Áfonyalekvár, Porcukor, Alma			Kertészleves, Sertés aprósült, Paradicsomos káposzta főzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			Meggyes Almaleves, Rántott sertés szelet, Rizibizi, Káposztasaláta			Magyaros karfiollev., Pusztafőzelék burgonyával, Vegyesvágott			Csontleves, Levesbetét, Eszterházi sertésragu, Főtt tészta		
		Energia: 563.92 Kcal / 2,357.19 KJ			Energia: 415.10 Kcal / 1,735.12 KJ			Energia: 770.16 Kcal / 3,219.27 KJ			Energia: 322.16 Kcal / 1,346.63 KJ			Energia: 452.12 Kcal / 1,889.86 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
13.62 g	12.62 g	2.34 g	14.31 g	16.52 g	4.79 g	21.99 g	37.47 g	5.35 g	17.20 g	11.94 g	2.52 g	18.29 g	17.57 g	4.85 g		
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
97.72 g 26.54 g 1.23 g			51.16 g 10.95 g 2.72 g			87.18 g 10.39 g 2.37 g			35.76 g 2.42 g 2.03 g			54.68 g 2.52 g 1.82 g				
Uzsonna	802 Tejmentes 4-6 éves	1,(3),(12)			9			1,3			1,15,(12)			1,3,9		
		Diétás péksütemény sós			Zala felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Jégcsapretek			Sertés párizsi, Liga margarin, Diétás pékáru BL, kigyóuborka			Házi meggyes gyümölcskrém, Diétás pékáru BL			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Körte		
		Energia: 106.81 Kcal / 446.47 KJ			Energia: 249.15 Kcal / 1,041.45 KJ			Energia: 250.56 Kcal / 1,047.34 KJ			Energia: 178.58 Kcal / 746.46 KJ			Energia: 289.33 Kcal / 1,209.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
1.95 g	6.30 g	2.46 g	8.53 g	10.94 g	3.13 g	8.16 g	11.39 g	3.48 g	5.91 g	0.94 g	0.06 g	6.18 g	8.53 g	1.95 g		
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
7.07 g 0.24 g 0.61 g			28.93 g 3.12 g 1.09 g			28.55 g 2.20 g 1.15 g			35.97 g 1.00 g 0.58 g			46.47 g 0.00 g 0.69 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 | |
| Quadro Byte Zrt | | | | 14-Élesztőszerek | |


Jó étvágyat kívánunk!

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

Tételes étlap 2022.11.21 - 2022.11.27

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
11/21/2022	L.A.E.Z.Z. (00802) Tejmentes 4-6 év	R Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	
		Áiom sonka	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58 1
		T Herba tea 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 Palócgulyás leves	549,39	131,44	5,10	8,46	1,99	8,61	0,00	1,07 1
		Grízes tészta	1 202,28	287,63	7,84	3,56	0,35	55,72	5,69	0,13 1,(3)
		Áfonyalekvár	219,53	52,52	0,08	0,00	0,00	12,90	10,86	0,01 (12)
		Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02
		U Diétás péksütemény sós	446,47	106,81	1,95	6,30	2,46	7,07	0,24	0,61
		V Almalé	733,23	175,41	0,21	0,00	0,00	42,00	0,00	0,02
		Sült bécsi rudacska	599,16	143,34	7,50	12,47	4,65	0,12	0,00	1,50
		Ketchup	91,17	21,82	0,42	0,08	0,00	4,82	2,81	0,44 (9)
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58 1
		Összesen:	6 811,28	1 629,51	44,26	46,08	15,89	252,29	42,98	6,47
		11/22/2022	L.A.E.Z.Z. (00802) Tejmentes 4-6 év	R Almalé	733,23	175,41	0,21	0,00	0,00	42,00
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
T Kakaó riztejből	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 Kertészleves	169,16			40,44	1,72	1,60	0,18	4,72	0,01	0,56 9
Sertés aprósült	705,79			168,85	8,91	14,28	4,56	0,96	0,00	0,58
Paradicsomos káposzta főzelék	428,01			102,39	3,08	0,49	0,03	20,97	9,44	1,56
Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30			103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02
U Zala felvágott	170,39			40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40
Liga margarin	265,61			63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10
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 Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08
Pizzaszelet	1 323,71			316,67	10,49	9,66	1,53	46,61	0,11	1,77 1
Összesen:	7 079,51	1 693,63	45,15	52,51	16,02	255,65	35,60	7,26		
11/23/2022	L.A.E.Z.Z. (00802) Tejmentes 4-6 év	R Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	
		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
		T Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00
		Padlizsánkrém házi	221,50	52,99	0,28	5,29	1,43	1,01	0,00	0,18
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58 1
		Salátalevel	2,16	0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00
		E Meggyes Almaleves	235,79	47,71	0,48	0,23	0,02	12,89	7,99	0,33 1
		Rántott sertés szelet	1 715,37	410,38	13,41	32,83	4,83	14,84	0,00	0,91 1,3
		Rizi-bizi	1 210,07	289,49	7,45	4,33	0,49	54,76	0,00	0,72
		Káposztasaláta	94,40	22,58	0,65	0,08	0,01	4,69	2,40	0,41
		U Sertés párizsi	178,25	42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58 1
		kígyóborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	2,20	0,01
		V Almalé	733,23	175,41	0,21	0,00	0,00	42,00	0,00	0,02
Lángos	662,57	158,51	4,96	2,31	0,38	29,49	0,18	0,90 1		
Fokhagymamártás	562,23	134,51	0,85	8,90	1,03	12,45	2,00	0,74		
Összesen:	8 100,72	1 929,28	47,84	71,63	15,97	271,70	28,16	6,92		
11/24/2022	L.A.E.Z.Z. (00802) Tejmentes 4-6 év	R Almalé	733,23	175,41	0,21	0,00	0,00	42,00	0,00	0,02
		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
		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
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01
		E Magyaros karfiollev.	179,99	42,45	1,42	1,66	0,23	5,61	0,02	0,54 1
		Pusztapörkölt burgonyával	1 072,73	256,63	15,24	10,21	2,28	25,19	0,00	0,97
		Vegyesvágott	96,46	23,08	0,54	0,07	0,01	4,96	2,40	0,52 15,(12)
		U Házi meggyes gyümölcskrém	152,85	36,57	0,35	0,21	0,01	7,84	1,00	0,00
		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
		Meleg szendvics	1 158,02	277,04	10,72	9,33	2,38	37,23	0,00	1,97 1
		Összesen:	6 166,80	1 474,70	48,34	41,67	13,46	222,81	16,81	7,11
11/25/2022	L.A.E.Z.Z. (00802) Tejmentes 4-6 év	R Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	
		Szendvics sonka	108,70	26,01	4,44	0,28	0,11	1,40	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 Vanília rizstej	585,65	140,11	0,07	1,92	0,24	29,82	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 Csontleves	83,36	19,95	0,86	0,56	0,02	2,88	0,02	1,05 9
		Levesbetét	98,32	23,52	1,02	0,30	0,05	4,16	0,00	0,04 1,3
		Eszterházi sertésragu	747,07	178,73	9,21	13,17	4,42	5,59	2,50	0,61 1
		Főtt tészta	961,06	229,92	7,20	3,54	0,36	42,05	0,00	0,12 1,(3)
		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
		Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01
		V Almalé	733,23	175,41	0,21	0,00	0,00	42,00	0,00	0,02
Csirkemájás rizottó	1 397,67	334,37	19,80	8,33	1,63	44,63	0,00	0,24		
Összesen:	7 642,86	1 828,47	60,15	52,09	12,68	275,34	23,94	4,67		

Heti étlap 2022.11.21.- 2022. 11.27.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	<i>Glutén-, tojás-, szója-, banán-, kivi- és olajosmag mentes</i> Óvoda 4-6 éves	Herba tea CM, Natúr vajkrém, Gluténmentes pékáru, paprika			Karamellás tej, Liga margarin, Gluténmentes pékáru			Herba tea CM, Padlizsánkrém házi, Gluténmentes pékáru, Salátalevél			Herba tea CM, Füstölt sajtkrém, Gluténmentes pékáru, Paradicsom			Vaníliás tej, Liga margarin, Gluténmentes pékáru		
		Energia: 279.68 Kcal / 1,169.06 KJ			Energia: 374.35 Kcal / 1,564.78 KJ			Energia: 253.31 Kcal / 1,058.84 KJ			Energia: 279.75 Kcal / 1,169.36 KJ			Energia: 363.22 Kcal / 1,518.26 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		4.38 g	9.06 g	4.07 g	10.49 g	11.02 g	3.73 g	3.97 g	6.30 g	1.63 g	5.28 g	8.59 g	4.72 g	10.50 g	11.02 g	3.73 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
41.89 g	13.79 g	0.50 g	54.93 g	17.14 g	0.86 g	41.97 g	13.79 g	0.67 g	42.09 g	13.79 g	0.76 g	52.14 g	13.79 g	0.86 g		
		7			7			7			7					
Ebéd	<i>Glutén-, tojás-, szója-, banán-, kivi- és olajosmag mentes</i> Óvoda 4-6 éves	Palócgulyás leves, Kukoricadarás tészta, Áfonyalekvár, Porcukor, Alma			Kertészleves, Sertés aprósült, Paradicsomos káposzta főzelék, GM pékáru, ebédhez			Meggyes Almaleves, Rántott sertésszelet, Rizibizi, Káposztasaláta			Karfiolleves, Pusztaörkölt burgonyával, Vegyesvágott			Levesbetét, Csontleves, Eszterházi sertésragu, Főtt tészta		
		Energia: 571.17 Kcal / 2,387.49 KJ			Energia: 471.08 Kcal / 1,969.11 KJ			Energia: 481.67 Kcal / 2,013.38 KJ			Energia: 390.85 Kcal / 1,633.75 KJ			Energia: 492.62 Kcal / 2,059.15 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9.91 g	14.77 g	2.79 g	13.54 g	21.11 g	5.29 g	20.56 g	9.83 g	2.23 g	14.48 g	19.54 g	5.28 g	12.98 g	19.59 g	4.87 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
97.69 g	23.42 g	1.21 g	55.51 g	10.94 g	2.22 g	78.96 g	10.39 g	2.11 g	38.28 g	2.40 g	2.01 g	64.90 g	6.15 g	1.85 g		
		(12)			9			15,(12)			9,10,(12)					
Uzsonna	<i>Glutén-, tojás-, szója-, banán-, kivi- és olajosmag mentes</i> Óvoda 4-6 éves	Diétás péksütemény sós			Zala felvágott, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Jégcsapretek			Sertés párizsi, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, kigyóuborka			Házi gyümölcsjoghurt meggyes, Gluténmentes pékáru			Sajt szelet, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Körte		
		Energia: 106.81 Kcal / 446.47 KJ			Energia: 253.14 Kcal / 1,058.13 KJ			Energia: 254.55 Kcal / 1,064.02 KJ			Energia: 259.33 Kcal / 1,084.00 KJ			Energia: 359.58 Kcal / 1,503.04 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		1.95 g	6.30 g	2.46 g	6.61 g	11.21 g	3.28 g	6.24 g	11.66 g	3.63 g	7.16 g	4.68 g	2.16 g	9.50 g	13.77 g	5.49 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
7.07 g	0.24 g	0.61 g	28.30 g	3.52 g	1.00 g	27.92 g	2.60 g	1.06 g	43.74 g	10.39 g	0.79 g	45.88 g	0.40 g	1.00 g		
								7			7					

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

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

Allergén lista (kód-allergén)

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

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető

Tételes étlap 2022.11.21 - 2022.11.27

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének			
11/21/2022 L.A.E.Z. (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			
		Áiom 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			
		T Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
		Natúr vajkrém	317,52	75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	0,00	0,01	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 Palócgulyás leves	543,22	129,96	4,99	8,20	2,14	8,79	0,00	1,07			
		Kukoricadarás tészta	1 238,78	296,36	4,24	5,97	0,65	55,51	2,57	0,11			
		Áfonyalekvár	219,53	52,52	0,08	0,00	0,00	12,90	10,86	0,01	(12)		
		Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00			
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02			
		U Diétás péksütemény sós	446,47	106,81	1,95	6,30	2,46	7,07	0,24	0,61			
		V Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01			
		Sült bécsi rudacska	600,12	143,57	7,50	12,50	4,64	0,12	0,00	1,50			
		Ketchup	91,17	21,82	0,42	0,08	0,00	4,82	2,81	0,44	(9)		
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49			
		Összesen:	6 761,70	1 617,65	35,00	52,27	16,45	235,47	41,06	5,86			
11/22/2022 L.A.E.Z. (00906)	Gluténmentes 4-6 éves	R Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01			
		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			
		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 Kertészleves	124,89	29,85	0,98	1,52	0,17	2,99	0,00	0,55	9		
		Sertés aprósült	697,34	166,83	8,85	14,27	4,53	0,55	0,00	0,09			
		Paradicsomos káposzta főzelék	714,67	170,98	3,11	5,17	0,57	27,46	9,44	1,56			
		GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02			
		U Zala felvágott	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40			
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49			
		Jégcsapretek	11,80	2,83	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01			
		V Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08			
		Pizzaszelet	507,59	121,43	4,12	8,80	1,25	6,33	0,11	1,77			
		Összesen:	6 514,99	1 558,60	39,64	60,84	18,33	200,97	32,11	6,67			
		11/23/2022 L.A.E.Z. (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	
				Kockasajt	314,79	75,31	4,18	6,25	3,72	0,50	0,00	0,70	7
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			
Padlizsánkrém házi	221,50			52,99	0,28	5,29	1,43	1,01	0,00	0,18			
Gluténmentes pékáru	610,28			146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49			
Salátalevel	2,16			0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00			
E Meggyes Almaleves	236,08			47,78	0,37	0,21	0,02	13,08	7,99	0,33			
Rántott sertészelet	509,21			121,82	12,09	5,21	1,71	6,43	0,00	0,65			
Rizi-bizi	1 210,07			289,49	7,45	4,33	0,49	54,76	0,00	0,72			
Káposztasaláta	94,40			22,58	0,65	0,08	0,01	4,69	2,40	0,41			
U Sertés párizsi	178,25			42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46			
Liga margarin	265,61			63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
Gluténmentes pékáru	610,28			146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49			
kígyóborka	9,83			2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	2,20	0,01			
V Almalé	488,82			116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01			
Tejföl	267,54			64,01	1,40	5,50	3,09	2,15	0,00	0,07	7		
Lángos	833,45			199,39	4,14	2,46	0,32	40,19	0,23	1,13			
Összesen:	6 687,44			1 591,18	44,27	43,00	14,82	247,19	27,41	6,32			
11/24/2022 L.A.E.Z. (00906)	Gluténmentes 4-6 éves	R Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01			
		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			
		T Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
		Füstölt sajtkrém	315,86	75,57	1,44	7,55	4,51	0,40	0,00	0,26	7		
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49			
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01			
		E Karfiolleves	117,57	27,52	0,98	1,55	0,18	2,51	0,00	0,54			
		Pusztapörkölt burgonyával	1 422,25	340,25	12,96	17,92	5,09	30,81	0,00	0,95			
		Vegyesvágott	96,46	23,08	0,54	0,07	0,01	4,96	2,40	0,52	15,(12)		
		U Házi gyümölcsjoghurt meggyes	473,73	113,33	3,52	3,68	1,96	16,24	9,99	0,30	7		
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49			
		V Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08			
		Meleg szendvics	1 420,94	339,94	5,27	9,48	2,41	57,34	3,42	0,64			
		Összesen:	6 955,17	1 663,32	38,73	56,45	18,96	237,05	30,40	5,72			
		11/25/2022 L.A.E.Z. (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	
				Szendvics sonka	108,70	26,01	4,44	0,28	0,11	1,40	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 Vanília tej	642,36			153,67	6,84	3,02	1,63	24,60	13,39	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 Levesbetét	218,25			52,21	0,60	0,30	0,03	11,55	0,75	0,02			
Csontleves	83,36			19,95	0,86	0,56	0,02	2,88	0,02	1,05	9		
Eszterházi sertésragu	759,59			181,72	9,22	13,27	4,40	6,12	2,50	0,64	10,(12)		
Főtt tészta	997,92			238,74	2,30	5,46	0,42	44,35	2,88	0,14			
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			
Körte	332,27			79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01			
V Almalé	488,82			116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01			
Csirkemájás rizottó	1 397,67			334,37	19,80	8,33	1,63	44,63	0,00	0,24			
Összesen:	7 951,45			1 902,29	61,02	60,99	17,93	264,49	20,74	5,09			

Heti étlap 2022.11.21. - 2022.11.27.

		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			Kakaó rizstejből, Liga margarin, Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Padlizsánkrém házi, Diétás pékáru BL, Salátalevél			Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL, Paradicsom			Vaníliás rizstej, Liga margarin, Diétás pékáru BL		
		Energia: 248.53 Kcal / 1,038.86 KJ			Energia: 346.49 Kcal / 1,448.33 KJ			Energia: 249.32 Kcal / 1,042.16 KJ			Energia: 248.99 Kcal / 1,040.78 KJ			Energia: 345.67 Kcal / 1,444.90 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.02 g	5.59 g	4.25 g	5.83 g	9.86 g	2.32 g	5.89 g	6.03 g	1.48 g	5.98 g	5.57 g	4.26 g	5.65 g	9.65 g	2.19 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
43.42 g	13.39 g	0.90 g	57.52 g	21.42 g	0.68 g	42.60 g	13.39 g	0.76 g	43.62 g	13.39 g	0.91 g	57.99 g	21.42 g	0.68 g		
1		1			1			1			1					
Ebéd	(00911) Tej,Tojás,C,OM,Sz,Ban, FokM 4-6	Palócgulyás leves, Grízes tészta, Áfonyalekvár, Porcukor, Alma			Kertészleves, Sertés aprósült, Paradicsomos káposzta főzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			Meggyes Almaleves, Rántott sertésszelet, Rizi-bizi, Káposztasaláta			Karfiolleves, Pusztapörkölt burgonyával, Vegyesvágott			Csontleves, Levesbetét, Eszterházi sertésragu, Főtt tészta		
		Energia: 573.16 Kcal / 2,395.81 KJ			Energia: 415.10 Kcal / 1,735.12 KJ			Energia: 481.60 Kcal / 2,013.09 KJ			Energia: 309.79 Kcal / 1,294.92 KJ			Energia: 458.31 Kcal / 1,915.74 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.98 g	14.86 g	2.42 g	14.31 g	16.52 g	4.79 g	20.67 g	9.85 g	2.23 g	16.83 g	11.89 g	2.48 g	12.61 g	19.31 g	4.87 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
98.24 g	23.42 g	1.21 g	51.16 g	10.95 g	2.72 g	78.77 g	10.39 g	2.11 g	33.16 g	2.42 g	2.03 g	57.44 g	5.70 g	1.81 g		
1,(12)		9			1			9,15,(12)			1,9					
Uzsonna	(00911) Tej,Tojás,C,OM,Sz,Ban, FokM 4-6	Diétás péksütemény sós			Zala felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Jégcsapretek			Sertés párizsi, Liga margarin, Diétás pékáru BL, kígyóuborka			Házi meggyes gyümölcskrém, Diétás pékáru BL			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Körte		
		Energia: 106.81 Kcal / 446.47 KJ			Energia: 249.15 Kcal / 1,041.45 KJ			Energia: 250.56 Kcal / 1,047.34 KJ			Energia: 178.58 Kcal / 746.46 KJ			Energia: 289.33 Kcal / 1,209.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		1.95 g	6.30 g	2.46 g	8.53 g	10.94 g	3.13 g	8.16 g	11.39 g	3.48 g	5.91 g	0.94 g	0.06 g	6.18 g	8.53 g	1.95 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
7.07 g	0.24 g	0.61 g	28.93 g	3.12 g	1.09 g	28.55 g	2.20 g	1.15 g	35.97 g	1.00 g	0.58 g	46.47 g	0.00 g	0.69 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-tejtermél | 10-mustár | 13-csillagfűt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfít | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

Tételes étlap 2022.11.21 - 2022.11.27

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
11/21/2022	Laktóz (00911) Tej, Tojás, C, OM, Sz, Ban, FokM 4	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 Palócgulyás leves	549,39	131,44	5,10	8,46	1,99	8,61	0,00	1,07	1
		Grízteszta	1 240,91	296,87	4,20	5,80	0,43	56,24	2,57	0,11	1
		Áfonyalekvár	219,53	52,52	0,08	0,00	0,00	12,90	10,86	0,01	(12)
		Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00	
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
		U Diétás péksütemény sós	446,47	106,81	1,95	6,30	2,46	7,07	0,24	0,61	
		Összesen:	3 881,12	928,50	17,95	26,75	9,13	148,73	37,05	2,72	
11/22/2022	Laktóz (00911) Tej, Tojás, C, OM, Sz, Ban, FokM 4-6	T Kakaó riztejből	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 Kertészleves	169,16	40,44	1,72	1,60	0,18	4,72	0,01	0,56	9
		Sertés aprósült	705,79	168,85	8,91	14,28	4,56	0,96	0,00	0,58	
		Paradicsomos káposzta főzelék	428,01	102,39	3,08	0,49	0,03	20,97	9,44	1,56	
		Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
		U Zala felvágott	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40	
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
		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:	4 224,97	1 010,74	28,67	37,32	10,24	137,61	35,49	4,49			
11/23/2022	Csonthéj (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	
		Padlizsánkrém házi	221,50	52,99	0,28	5,29	1,43	1,01	0,00	0,18	
		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	
		E Meggyes Almaleves	235,79	47,71	0,48	0,23	0,02	12,89	7,99	0,33	1
		Rántott sertésszelet	509,21	121,82	12,09	5,21	1,71	6,43	0,00	0,65	
		Rizi-bizi	1 210,07	289,49	7,45	4,33	0,49	54,76	0,00	0,72	
		Káposztasaláta	94,40	22,58	0,65	0,08	0,01	4,69	2,40	0,41	
		U Sertés párizsi	178,25	42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46	
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58	1
kígyóborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	2,20	0,01			
Összesen:	4 138,93	981,48	34,72	27,27	7,19	149,92	25,98	4,02			
11/24/2022	Csonthéj (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	
		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
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01	
		E Karfiolleves	128,25	30,08	1,05	1,61	0,19	3,01	0,02	0,54	9
		Pusztapörkölt burgonyával	1 072,73	256,63	15,24	10,21	2,28	25,19	0,00	0,97	
		Vegyesvágott	96,46	23,08	0,54	0,07	0,01	4,96	2,40	0,52	15,(12)
		U Házi meggyes gyümölcskrém	152,85	36,57	0,35	0,21	0,01	7,84	1,00	0,00	
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58	1
		Összesen:	3 084,70	737,36	28,72	18,40	6,80	112,75	16,81	3,52	
		11/25/2022	Csonthéj (00911) Tej, Tojás, C, OM, Sz, Ban, FokM 4-6	T Vaníliás rizstej	585,65	140,11	0,07	1,92	0,24	29,82	21,42
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 Csontleves	83,36			19,95	0,86	0,56	0,02	2,88	0,02	1,05	9
Levesbetét	87,30			20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01	
Eszterházi sertésragu	747,07			178,73	9,21	13,17	4,42	5,59	2,50	0,61	1
Főtt tészta	997,92			238,74	2,30	5,46	0,42	44,35	2,88	0,14	
U Violife növényi sajt szelet	117,87			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
Körte	332,27			79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01	
Összesen:	4 569,88	1 093,31	24,44	37,49	9,01	161,90	27,12	3,18			

Heti étlap 2022.11.21. - 2022.11.27.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(00957) Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Gluténmentes pékáru, paprika			Karamellás rizstej, Liga margarin, Gluténmentes pékáru			Herba tea CM, Padlizsánkrém házi, Gluténmentes pékáru, Salátalevél			Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Gluténmentes pékáru, Paradicsom			Vaníliás rizstej, Liga margarin, Gluténmentes pékáru		
		Energia: 252.52 Kcal / 1,055.53 KJ			Energia: 332.79 Kcal / 1,391.06 KJ			Energia: 253.31 Kcal / 1,058.84 KJ			Energia: 252.98 Kcal / 1,057.46 KJ			Energia: 349.66 Kcal / 1,461.58 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		4.10 g	5.86 g	4.40 g	3.70 g	9.28 g	2.26 g	3.97 g	6.30 g	1.63 g	4.06 g	5.84 g	4.41 g	3.73 g	9.92 g	2.34 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
42.79 g	13.79 g	0.81 g	54.85 g	22.49 g	0.59 g	41.97 g	13.79 g	0.67 g	42.99 g	13.79 g	0.82 g	57.36 g	21.82 g	0.59 g		
Ebéd	(00957) Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	Palócgulyás leves, Kukoricadarás tészta, Áfonyalekvár, Porcukor, Alma			Kertészleves, Sertés aprósült, Paradicsomos káposzta főzelék, GM pékáru, ebédhez			Meggyes Almaleves, Rántott sertésszelet, Rizibizi, Káposztasaláta			Karfiolleves, Pusztaörkölt burgonyával, Vegyesvágott			Csontleves, Levesbetét, Eszterházi sertésragu, Főtt tészta		
		Energia: 571.17 Kcal / 2,387.49 KJ			Energia: 471.08 Kcal / 1,969.11 KJ			Energia: 481.67 Kcal / 2,013.38 KJ			Energia: 390.85 Kcal / 1,633.75 KJ			Energia: 461.30 Kcal / 1,928.23 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9.91 g	14.77 g	2.79 g	13.54 g	21.11 g	5.29 g	20.56 g	9.83 g	2.23 g	14.48 g	19.54 g	5.28 g	12.62 g	19.41 g	4.85 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
97.69 g	23.42 g	1.21 g	55.51 g	10.94 g	2.22 g	78.96 g	10.39 g	2.11 g	38.28 g	2.40 g	2.01 g	57.97 g	5.70 g	1.84 g		
Uzsonna	(00957) Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	(12)			9			15,(12)			9,10,(12)					
		Diétás péksütemény sós			Zala felvágott, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Jégcsapretek			Sertés párizsi, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, kígyóuborka			Házi gyümölcsital rizstejjel, Gluténmentes pékáru			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Körte		
		Energia: 106.81 Kcal / 446.47 KJ			Energia: 253.14 Kcal / 1,058.13 KJ			Energia: 254.55 Kcal / 1,064.02 KJ			Energia: 249.67 Kcal / 1,043.62 KJ			Energia: 293.32 Kcal / 1,226.08 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
1.95 g	6.30 g	2.46 g	6.61 g	11.21 g	3.28 g	6.24 g	11.66 g	3.63 g	3.88 g	2.36 g	0.40 g	4.26 g	8.80 g	2.10 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
7.07 g	0.24 g	0.61 g	28.30 g	3.52 g	1.00 g	27.92 g	2.60 g	1.06 g	49.42 g	15.71 g	0.50 g	45.84 g	0.40 g	0.60 g		

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

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

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén

4-hal

7-tejterm 10-mustár

13-csillagfürt

16-édesgyökér

2-rák

5-földimogyoró

8-diófélék 11-szezám

14-puhatestűek

3-tojás

6-szója

9-zeller

12-kéndioxid-szulfit 15-mesterséges édesítőszer

1/1

Quadro Byte Zrt

Oldalak

Ó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

2022.02.22 11:37:20 | QB - Élelem

Tételes étlap 2022.11.21 - 2022.11.27

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
11/21/2022 L-4-4-ZZ (00957)	Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	R Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	
		Áiom 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
		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 Palócgulyás leves	543,22	129,96	4,99	8,20	2,14	8,79	0,00	1,07
		Kukoricadarás tészta	1 238,78	296,36	4,24	5,97	0,65	55,51	2,57	0,11
		Áfonyalekvár	219,53	52,52	0,08	0,00	0,00	12,90	10,86	0,01 (12)
		Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02
		U Diétás péksütemény sós	446,47	106,81	1,95	6,30	2,46	7,07	0,24	0,61
		V Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01
		Sült budi rudacska	600,12	143,57	7,50	12,50	4,64	0,12	0,00	1,50
		Ketchup	91,17	21,82	0,42	0,08	0,00	4,82	2,81	0,44 (9)
Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
Összesen:	6 648,17	1 590,49	34,72	49,07	16,78	236,37	41,06	6,17		
11/22/2022 L-4-4-ZZ (00957)	Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	R Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01
		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
		T Karamellás rizstej	515,15	123,24	0,04	1,28	0,16	27,31	22,09	0,00
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49
		E Kertészleves	124,89	29,85	0,98	1,52	0,17	2,99	0,00	0,55 9
		Sertés aprósült	697,34	166,83	8,85	14,27	4,53	0,55	0,00	0,09
		Paradicsomos káposzta főzelék	714,67	170,98	3,11	5,17	0,57	27,46	9,44	1,56
		GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02
		U Zala felvágott	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49
		Jégcsapretek	11,80	2,83	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01
		V Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08
		Pizzaszelet	507,59	121,43	4,12	8,80	1,25	6,33	0,11	1,77
		Összesen:	6 229,00	1 490,18	31,97	56,20	16,48	201,79	37,46	6,48
11/23/2022 L-4-4-ZZ (00957)	Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	R Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	
		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
		T Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00
		Padlizsánkrém házi	221,50	52,99	0,28	5,29	1,43	1,01	0,00	0,18
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49
		Salátalevel	2,16	0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00
		E Meggyes Almaleves	236,08	47,78	0,37	0,21	0,02	13,08	7,99	0,33
		Rántott sertésszelet	509,21	121,82	12,09	5,21	1,71	6,43	0,00	0,65
		Rizi-bizi	1 210,07	289,49	7,45	4,33	0,49	54,76	0,00	0,72
		Káposztasaláta	94,40	22,58	0,65	0,08	0,01	4,69	2,40	0,41
		U Sertés párizsi	178,25	42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49
		kígyóborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	2,20	0,01
		V Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01
		Növényi tejföl	5,48	1,31	0,07	0,06	0,01	0,13	0,00	0,05
Lángos	833,45	199,39	4,14	2,46	0,32	40,19	0,23	1,13		
Összesen:	6 314,58	1 501,97	38,98	36,11	12,22	245,97	27,41	5,92		
11/24/2022 L-4-4-ZZ (00957)	Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	R Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01
		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
		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
		Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01
		E Karfiolleves	117,57	27,52	0,98	1,55	0,18	2,51	0,00	0,54
		Pusztapörkölt burgonyával	1 422,25	340,25	12,96	17,92	5,09	30,81	0,00	0,95
		Vegyesvágott	96,46	23,08	0,54	0,07	0,01	4,96	2,40	0,52 15,(12)
		U Házi gyümölcsital rizstejjel	433,33	103,67	0,24	1,36	0,20	21,92	15,31	0,01
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49
		V Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08
		Meleg szendvics	1 420,94	339,94	5,27	9,48	2,41	57,34	3,42	0,64
		Összesen:	6 802,90	1 626,89	34,23	51,38	16,89	243,63	35,72	5,49
		11/25/2022 L-4-4-ZZ (00957)	Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	R Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Szendvics sonka	108,70			26,01	4,44	0,28	0,11	1,40	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 Vanília rizstej	585,65			140,11	0,07	1,92	0,24	29,82	21,42	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 Csontleves	83,36			19,95	0,86	0,56	0,02	2,88	0,02	1,05 9
Levesbetét	87,30			20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01
Eszterházi sertésragu	759,59			181,72	9,22	13,27	4,40	6,12	2,50	0,64 10,(12)
Főtt tészta	997,92			238,74	2,30	5,46	0,42	44,35	2,88	0,14
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
Körte	332,27			79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01
V Almalé	488,82			116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01
Csirkemájás rizottó	1 397,67			334,37	19,80	8,33	1,63	44,63	0,00	0,24
Összesen:	7 486,82	1 791,15	48,65	54,74	13,13	262,74	28,32	4,41		