

Tételes étlap 2023.04.03 - 2023.04.09

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének				
4/3/2023	L.4422 (00372) Tej-tojásmentes 4-6 év	R	Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08				
		Póréhagymakarika	17,98	4,30	0,26	0,04	0,00	0,74	0,00	0,00				
		Növényi szendvicsskrém	203,98	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32				
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1			
		T	Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
		Soproni felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84				
		Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10				
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1			
		E	Rántottleves	222,35	53,20	0,67	3,83	0,51	3,98	0,00	0,49	1		
		Pírított kenyérkocka	108,11	25,86	0,98	0,10	0,00	5,23	0,00	0,20	1			
		Bolognai halragu	494,58	118,32	5,53	7,79	2,15	6,32	3,75	0,61	4			
		Főtt tészta	997,92	238,74	2,30	5,46	0,42	44,35	2,88	0,14				
		Növényi sajt szórat	17,87	4,28	0,00	0,35	0,00	0,30	0,00	0,00				
		U	Diétás péksütemény	1 131,94	270,80	1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30			
		V	Almalé	733,23	175,41	0,21	0,00	0,00	42,00	0,00	0,02			
		Sült szalonna	5 821,20	1 392,63	18,00	146,00	55,32	0,00	0,00	7,00				
		Főtt burgonya	705,50	168,78	4,50	0,36	0,05	36,00	0,00	0,31				
		Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00				
		Allergénmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49				
		Összesen:		13 055,64	3 123,36	51,93	196,27	68,02	270,93	39,32	12,06			
4/4/2023	L.4422 (00372) Tej-tojásmentes 4-6 év	R	Almalé	733,23	175,41	0,21	0,00	0,00	42,00	0,00	0,02			
		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				
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	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			
		Mini méz	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00				
		Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10				
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1			
		E	Paradicsomleves	608,30	145,53	2,16	1,79	0,21	30,01	19,98	1,92	1,9		
		Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01				
		Húsgombóc	628,58	150,38	7,83	9,60	3,41	8,00	0,00	0,81				
		Burgonyapüré	824,80	197,32	3,63	5,70	1,45	31,95	1,58	0,80				
		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				
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1			
		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			
		Szalonnás kenyérlángos	1 077,89	257,87	4,33	9,92	3,11	37,58	0,35	1,05	(1),(6)			
		Összesen:		7 334,90	1 754,74	42,26	54,26	15,51	270,23	54,92	7,66			
		4/5/2023	L.4422 (00372) Tej-tojásmentes 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	203,98			48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32				
Diétás pékáru BL	593,61			142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1			
T	Herba tea CM			224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
Kolbászkrem házi TM	455,45			108,96	0,91	11,55	3,16	0,23	0,00	0,27				
Diétás pékáru BL	593,61			142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1			
E	Lencseleves tejmentesen			527,86	126,28	8,65	0,74	0,03	21,08	0,00	0,56	1,10,(12)		
Burgonyás tészta	1 389,07			332,32	4,61	6,65	0,80	62,14	2,85	1,20				
Vegyessvágott	96,46			23,08	0,54	0,07	0,01	4,96	2,40	0,52	15,(12)			
Alma	218,12			52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02				
U	Pulykamell 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				
Diétás pékáru BL	593,61			142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1			
V	Almalé			733,23	175,41	0,21	0,00	0,00	42,00	0,00	0,02			
Húsgombóc	628,58			150,38	7,83	9,60	3,41	8,00	0,00	0,81				
Ecetes burgonyasaláta	1 069,27			255,81	5,84	0,49	0,05	55,86	9,99	2,00				
Vaníliás puding rizstejjel	70,44			16,85	0,02	0,18	0,02	3,71	1,80	0,00				
Összesen:				7 756,19	1 855,55	49,53	44,43	13,88	308,44	30,43	8,07			
4/6/2023	L.4422 (00372) Tej-tojásmentes 4-6 év			R	Almalé	733,23	175,41	0,21	0,00	0,00	42,00	0,00	0,02	
				Hegyi sonka	46,20	11,06	1,70	0,28	0,09	0,42	0,00	0,22		
		Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10				
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1			
		T	Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00			
		Köleskása meggyel	801,65	191,78	3,88	1,61	0,39	40,08	11,39	0,29				
		E	Daragaluska leves	193,84	45,98	1,45	0,29	0,05	9,41	0,00	0,80	1		
		Rakott karfiol	1 350,92	323,18	14,88	18,44	5,40	24,03	0,00	1,82				
		U	Violífe 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				
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	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			
		Rántott növényi sajt	147,94	35,39	0,54	0,80	0,09	6,41	0,00	0,04				
		Kukoricás rizs	892,93	213,62	5,18	1,48	0,19	44,65	0,00	0,50				
		Céklasaláta	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49	15,(12)			
		Összesen:		6 360,21	1 521,18	39,58	40,67	10,32	245,06	22,62	5,62			

Heti étlap 2023.04.03. - 2023.04.06.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök		
 Tízórai	372 Tej-tojásmentes 4-6 éves	Herba tea CM, Soproni felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Mini méz, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Kolbászkрем házi TM, Diétás pékáru BL			Rizstej, Köleskása meggyel		
		Energia: 326.31 Kcal / 1,363.98 KJ			Energia: 324.78 Kcal / 1,357.58 KJ			Energia: 304.77 Kcal / 1,273.94 KJ			Energia: 275.76 Kcal / 1,152.68 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.32 g	13.89 g	4.23 g	5.66 g	7.73 g	1.94 g	6.47 g	12.28 g	3.20 g	3.94 g	3.53 g	0.62 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
Cukor	Só		Cukor	Só		Cukor	Só		Cukor	Só			
41.62 g	13.39 g	1.52 g	57.76 g	29.59 g	0.68 g	41.75 g	13.39 g	0.85 g	55.94 g	19.42 g	0.29 g		
		1			1			1			1		
Ebéd	372 Tej-tojásmentes 4-6 éves	Rántottleves, Pírtott kenyérfocsi, Bolognai halragu, Főtt tészta, Növényi sajt szórát			Paradicsomleves, Levesbetét, Húsgombóc , Burgonyapüré			Lencseleves tejmentesen, Burgonyás tészta, Vegyesvágott, Alma			Daragaluska leves, Rakott karfiol		
		Energia: 440.40 Kcal / 1,840.87 KJ			Energia: 514.12 Kcal / 2,149.02 KJ			Energia: 533.86 Kcal / 2,231.53 KJ			Energia: 369.16 Kcal / 1,543.09 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.48 g	17.53 g	3.08 g	13.86 g	17.21 g	5.08 g	14.40 g	8.06 g	0.84 g	16.33 g	18.73 g	5.45 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
Cukor	Só		Cukor	Só		Cukor	Só		Cukor	Só			
60.18 g	6.63 g	1.44 g	74.58 g	21.86 g	3.54 g	98.68 g	5.25 g	2.30 g	33.44 g	0.00 g	2.62 g		
		1,4			1,9			1,10,15,(12)			1		
Uzsonna	372 Tej-tojásmentes 4-6 éves	Diétás péksütemény			Sertés párizsi, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Jégcsapretek			Pulykamell sonka , Liga margarin , Diétás pékáru BL			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL		
		Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ			Energia: 251.01 Kcal / 1,049.22 KJ			Energia: 227.66 Kcal / 951.62 KJ			Energia: 209.83 Kcal / 877.09 KJ		
		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	8.18 g	11.39 g	3.33 g	8.98 g	8.29 g	2.12 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g
Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát			Szénhidrát				
Cukor	Só		Cukor	Só		Cukor	Só		Cukor	Só			
31.80 g	18.90 g	0.30 g	28.74 g	3.12 g	1.15 g	29.01 g	0.00 g	1.11 g	28.47 g	0.00 g	0.68 g		
		1			1			1			1		

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

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén
 2-rák
 3-tojás

4-hal
 5-földimogyoró
 6-szója

7-tejtermé 10-mustár
 8-diófélék 11-szezám
 9-zeller 12-kéndioxid-szulfit 15-mesterséges édesítőszer


Jó étvágyat kívánunk!

.....
 Élelmészvezető

Tételes étlap 2023.04.03 - 2023.04.09

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
4/3/2023	László (00446)	Tej-, tojás-, kókuszmentes 4-	T Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Soproni felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84	
			Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1
			E Rántottleves	222,35	53,20	0,67	3,83	0,51	3,98	0,00	0,49	1
			Pirított kenyérkocka	108,11	25,86	0,98	0,10	0,00	5,23	0,00	0,20	1
			Bolognai halragu	494,58	118,32	5,53	7,79	2,15	6,32	3,75	0,61	4
			Főtt tészta	997,92	238,74	2,30	5,46	0,42	44,35	2,88	0,14	
			U Diétás péksütemény	1 131,94	270,80	1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30	
			Összesen:	4 318,90	1 033,23	19,30	42,97	8,21	133,30	38,92	3,26	
4/4/2023	László (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	
			Mini méz	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
			Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1
			E Paradicsomleves	608,30	145,53	2,16	1,79	0,21	30,01	19,98	1,92	1,9
			Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01	
			Húsgombóc	628,58	150,38	7,83	9,60	3,41	8,00	0,00	0,81	
			Burgonyapüré	824,80	197,32	3,63	5,70	1,45	31,95	1,58	0,80	
			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	
Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1			
Jégcsapretek	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01				
Összesen:	4 555,86	1 089,91	27,70	36,33	10,35	161,08	54,57	5,37				
4/5/2023	László (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	
			Kolbászkrem házi TM	455,45	108,96	0,91	11,55	3,16	0,23	0,00	0,27	
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1
			E Lencseleves	703,54	168,31	8,65	5,39	0,63	21,08	0,00	0,56	1,10,(12)
			Burgonyás tészta	1 389,07	332,32	4,61	6,65	0,80	62,14	2,85	1,20	
			Vegyesvágott	96,46	23,08	0,54	0,07	0,01	4,96	2,40	0,52	15,(12)
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
			U Pulykamell 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	
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1
Összesen:	4 632,76	1 108,32	29,85	33,28	6,76	169,44	18,64	4,26				
4/6/2023	László (00446)	Tej-, tojás-,	T Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00	
			Köleskása meggyel	801,65	191,78	3,88	1,61	0,39	40,08	11,39	0,29	
			E Daragaluska leves	193,84	45,98	1,45	0,29	0,05	9,41	0,00	0,80	1
			Rakott karfiol	1 350,92	323,18	14,88	18,44	5,40	24,03	0,00	1,82	
			U Zala felvágott	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40	
			Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1
Összesen:	3 727,06	891,23	28,58	33,18	9,18	117,78	19,42	3,99				

Heti étlap 2023.04.03. - 2023.04.06.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök		
 Tízórai	(00445) Tej-, tojás-, szója-, kókuszmentes	Herba tea CM, Soproni felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Mini méz, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Kolbászkrém házi TM, Diétás pékáru BL			Rizstej, Köleskása meggyel		
		Energia: 326.31 Kcal / 1,363.98 KJ			Energia: 324.78 Kcal / 1,357.58 KJ			Energia: 304.77 Kcal / 1,273.94 KJ			Energia: 275.76 Kcal / 1,152.68 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8.32 g	13.89 g	4.23 g	5.66 g	7.73 g	1.94 g	6.47 g	12.28 g	3.20 g	3.94 g	3.53 g	0.62 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
41.62 g	13.39 g	1.52 g	57.76 g	29.59 g	0.68 g	41.75 g	13.39 g	0.85 g	55.94 g	19.42 g	0.29 g		
1		1		1									
Ebéd	(00445) Tej-, tojás-, szója-, kókuszmentes	Rántottleves, Pirított kenyérkocka, Bolognai halragu, Főtt tészta			Paradicsomleves, Levesbetét, Húsgombóc , Burgonyapüré			Lencseleves, Burgonyás tészta, Vegyesvágott, Alma			Daragaluska leves, Rakott karfiol		
		Energia: 436.12 Kcal / 1,822.98 KJ			Energia: 514.12 Kcal / 2,149.02 KJ			Energia: 575.89 Kcal / 2,407.22 KJ			Energia: 369.16 Kcal / 1,543.09 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9.48 g	17.18 g	3.08 g	13.86 g	17.21 g	5.08 g	14.40 g	12.71 g	1.44 g	16.33 g	18.73 g	5.45 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
59.88 g	6.63 g	1.44 g	74.58 g	21.86 g	3.54 g	98.68 g	5.25 g	2.30 g	33.44 g	0.00 g	2.62 g		
1,4		1,9		1,10,15,(12)		1							
Uzsonna	(00445) Tej-, tojás-, szója-, kókuszmentes	Diétás péksütemény			Sertés párizsi, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Jégcsapretek			Pulykamell sonka , Liga margarin , Diétás pékáru BL			Zala felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL		
		Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ			Energia: 251.01 Kcal / 1,049.22 KJ			Energia: 227.66 Kcal / 951.62 KJ			Energia: 246.31 Kcal / 1,029.58 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		1.50 g	11.90 g	0.90 g	8.18 g	11.39 g	3.33 g	8.98 g	8.29 g	2.12 g	8.31 g	10.92 g	3.11 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31.80 g	18.90 g	0.30 g	28.74 g	3.12 g	1.15 g	29.01 g	0.00 g	1.11 g	28.40 g	0.00 g	1.08 g		
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-csillagfűrt

16-édesgyökér

2-rák

5-földimogyoró

8-diófélék 11-szezám

14-puhatestűek

.....

3-tojás

6-szója

9-zeller

12-kéndioxid-szulfid 15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!

Tételes étlap 2023.04.03 - 2023.04.09

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
4/3/2023	L 4422 (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		
		Póréhagymakarika	17,98	4,30	0,26	0,04	0,00	0,74	0,00	0,00		
		Növényi szendvicsskrém	203,98	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32		
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1	
		T	Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
		Soproni felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
		Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1	
		E	Tojásleves	160,65	38,43	1,21	2,66	0,45	2,42	0,01	1,01	1,3
		Bolognai halragu	494,58	118,32	5,53	7,79	2,15	6,32	3,75	0,61	4	
		Főtt tészta	1 011,89	242,08	7,20	4,88	0,58	42,05	0,00	0,13	1,(3)	
		Növényi sajt szórat	17,87	4,28	0,00	0,35	0,00	0,30	0,00	0,00		
		U	Diétás péksütemény	1 131,94	270,80	1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30	
		V	Almalé	733,23	175,41	0,21	0,00	0,00	42,00	0,00	0,02	
		Sült szalonna	5 821,20	1 392,63	18,00	146,00	55,32	0,00	0,00	7,00		
		Főtt burgonya	705,50	168,78	4,50	0,36	0,05	36,00	0,00	0,31		
		Főtt tojás	276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14	3	
		Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
		Allergénmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
		Összesen:		13 175,99	3 152,14	61,79	199,22	69,36	262,08	36,45	12,51	
4/4/2023	L 4422 (00802) Tejmentes 4-6 év	R	Almalé	733,23	175,41	0,21	0,00	0,00	42,00	0,00	0,02	
		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		
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	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	
		Mini méz	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
		Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1	
		E	Paradicsomleves	608,30	145,53	2,16	1,79	0,21	30,01	19,98	1,92	1,9
		Levesbetét	114,71	27,44	1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3	
		Húsgombóc	628,58	150,38	7,83	9,60	3,41	8,00	0,00	0,81		
		Burgonyapüré	824,80	197,32	3,63	5,70	1,45	31,95	1,58	0,80		
		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		
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1	
		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			
Szalonnás kenyérlángos	2 155,77	515,73	8,66	19,83	6,21	75,15	0,70	2,09	(1),(6)			
Összesen:		8 440,19	2 019,15	47,54	64,40	18,66	308,03	54,97	8,74			
4/5/2023	L 4422 (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	203,98	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32		
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1	
		T	Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
		Kolbászkrem házi TM	455,45	108,96	0,91	11,55	3,16	0,23	0,00	0,27		
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1	
		E	Lencseleves tejmentesen	527,86	126,28	8,65	0,74	0,03	21,08	0,00	0,56	1,(10),(12)
		Burgonyás tészta	1 400,58	335,07	9,41	6,64	0,71	58,74	0,00	1,05	1,(3)	
		Vegyesvágott	96,46	23,08	0,54	0,07	0,01	4,96	2,40	0,52	15,(12)	
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		U	Pulykamell 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		
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1	
		V	Almalé	733,23	175,41	0,21	0,00	0,00	42,00	0,00	0,02	
		Húsgombóc	628,58	150,38	7,83	9,60	3,41	8,00	0,00	0,81		
		Ecetes burgonyasaláta	1 069,27	255,81	5,84	0,49	0,05	55,86	9,99	2,00		
Vaníliás puding rizstejjel	70,44	16,85	0,02	0,18	0,02	3,71	1,80	0,00				
Összesen:		7 767,70	1 858,30	54,33	44,42	13,79	305,04	27,58	7,92			
4/6/2023	L 4422 (00802) Tejmentes 4-6 év	R	Almalé	733,23	175,41	0,21	0,00	0,00	42,00	0,00	0,02	
		Hegyi sonka	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43		
		Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1	
		T	Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00	
		Köleskása meggyel	801,65	191,78	3,88	1,61	0,39	40,08	11,39	0,29		
		E	Daragaluska leves	284,24	67,09	2,63	0,78	0,16	12,46	0,01	0,75	1,3,9
		Rakott karfiol	1 350,92	323,18	14,88	18,44	5,40	24,03	0,00	1,82		
		U	Violefe 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		
		Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	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	
		Rántott növényi sajt	381,42	91,25	3,13	1,47	0,25	16,29	0,00	0,34	1,3	
Kukoricás rizs	892,93	213,62	5,18	1,48	0,19	44,65	0,00	0,50				
Céklasaláta	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49	15,(12)			
Összesen:		6 730,29	1 609,20	45,05	42,11	10,69	258,41	22,63	6,08			

Heti étlap 2023.04.03. - 2023.04.06.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök		
 Tízórai	802 Tejmentes 4-6 éves	Herba tea CM, Soproni felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Mini méz, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Kolbászkрем házi TM, Diétás pékáru BL			Rizstej, Köleskása meggyel		
		Energia: 326.31 Kcal / 1,363.98 KJ			Energia: 324.78 Kcal / 1,357.58 KJ			Energia: 304.77 Kcal / 1,273.94 KJ			Energia: 275.76 Kcal / 1,152.68 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.32 g	13.89 g	4.23 g	5.66 g	7.73 g	1.94 g	6.47 g	12.28 g	3.20 g	3.94 g	3.53 g	0.62 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
41.62 g	13.39 g	1.52 g	57.76 g	29.59 g	0.68 g	41.75 g	13.39 g	0.85 g	55.94 g	19.42 g	0.29 g		
Ebéd	802 Tejmentes 4-6 éves	1			1			1					
		Tojásleves, Bolognai halragu, Főtt tészta, Növényi sajt szórát			Paradicsomleves, Levesbetét, Húsgombóc , Burgonyapüré			Lencseleves tejmentesen, Burgonyás tészta, Vegyesvágott, Alma			Daragaluska leves, Rakott karfiol		
		Energia: 403.11 Kcal / 1,685.00 KJ			Energia: 520.67 Kcal / 2,176.40 KJ			Energia: 536.61 Kcal / 2,243.03 KJ			Energia: 390.27 Kcal / 1,631.33 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
13.94 g	15.68 g	3.18 g	14.81 g	17.44 g	5.13 g	19.20 g	8.05 g	0.75 g	17.51 g	19.22 g	5.56 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
51.09 g	3.76 g	1.75 g	74.81 g	21.56 g	3.58 g	95.28 g	2.40 g	2.15 g	36.49 g	0.01 g	2.57 g		
Uzsonna	802 Tejmentes 4-6 éves	1,3,4			1,3,9			1,10,15,(3),(12)			1,3,9		
		Diétás péksütemény			Sertés párizsi, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Jégcsapretek			Pulykamell sonka , Liga margarin , Diétás pékáru BL			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL		
		Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ			Energia: 251.01 Kcal / 1,049.22 KJ			Energia: 227.66 Kcal / 951.62 KJ			Energia: 209.83 Kcal / 877.09 KJ		
		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	8.18 g	11.39 g	3.33 g	8.98 g	8.29 g	2.12 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
31.80 g	18.90 g	0.30 g	28.74 g	3.12 g	1.15 g	29.01 g	0.00 g	1.11 g	28.47 g	0.00 g	0.68 g		

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

Allergén lista (kód-allergén)

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

Élelmezésvezető

Tételes étlap 2023.04.03 - 2023.04.09

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
4/3/2023	László (00911)	Tej, Tojás, C, OM, Sz, Ban, FokM	T	Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Soproni felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
			Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1	
			E	Rántottleves	222,35	53,20	0,67	3,83	0,51	3,98	0,00	0,49	1
			Pirított kenyérkocka	108,11	25,86	0,98	0,10	0,00	5,23	0,00	0,20	1	
			Bolognai halragu	494,58	118,32	5,53	7,79	2,15	6,32	3,75	0,61	4	
			Főtt tészta	997,92	238,74	2,30	5,46	0,42	44,35	2,88	0,14		
			Növényi sajt szórat	17,87	4,28	0,00	0,35	0,00	0,30	0,00	0,00		
			U	Diétás péksütemény	1 131,94	270,80	1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30	
			Összesen:	4 336,77	1 037,51	19,30	43,32	8,21	133,60	38,92	3,26		
4/4/2023	László (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	
			Vaníliás puding rizstejjel	70,44	16,85	0,02	0,18	0,02	3,71	1,80	0,00		
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1	
			E	Levesbetét	130,95	31,33	0,36	0,18	0,02	6,93	0,45	0,01	
			Paradicsomleves	608,30	145,53	2,16	1,79	0,21	30,01	19,98	1,92	1,9	
			Húsgombóc	628,58	150,38	7,83	9,60	3,41	8,00	0,00	0,81		
			Burgonyapüré	824,80	197,32	3,63	5,70	1,45	31,95	1,58	0,80		
			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		
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1	
			Jégcsapretek	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01		
Összesen:	4 130,84	988,23	27,74	29,57	8,48	150,86	40,32	5,27					
4/5/2023	László (00911)	Tej, Tojás, C, OM, Sz, Ban, FokM	T	Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Kolbászkrem házi TM	455,45	108,96	0,91	11,55	3,16	0,23	0,00	0,27		
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1	
			E	Lencseleves	467,12	111,75	5,99	2,86	0,29	15,37	0,00	0,54	1,10,(12)
			Burgonyás tészta	1 389,07	332,32	4,61	6,65	0,80	62,14	2,85	1,20		
			Vegyesvágott	96,46	23,08	0,54	0,07	0,01	4,96	2,40	0,52	15,(12)	
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
			U	Pulykamell 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		
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1	
			Összesen:	4 396,34	1 051,76	27,19	30,75	6,42	163,73	18,64	4,24		
4/6/2023	László (00911)	Tej, Tojás, C, OM, Sz, Ba	T	Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00	
			Köleskása meggyel	801,65	191,78	3,88	1,61	0,39	40,08	11,39	0,29		
			E	Daragaluska leves	193,84	45,98	1,45	0,29	0,05	9,41	0,00	0,80	1
			Rakott karfiol	1 350,92	323,18	14,88	18,44	5,40	24,03	0,00	1,82		
			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		
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1	
Összesen:	3 574,54	854,75	25,85	30,34	8,01	117,85	19,42	3,59					

Heti étlap 2023.04.03. - 2023.04.06.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök		
 Tízórai	(00911) Tej,Tojás,C,OM,Sz,Ban, FokM 4-6	Herba tea CM, Soproni felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Vaníliás puding rizstejjel, Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Kolbászkrem házi TM, Diétás pékáru BL			Rizstej, Köleskása meggyel		
		Energia: 326.31 Kcal / 1,363.98 KJ			Energia: 212.66 Kcal / 888.92 KJ			Energia: 304.77 Kcal / 1,273.94 KJ			Energia: 275.76 Kcal / 1,152.68 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.32 g	13.89 g	4.23 g	5.58 g	0.91 g	0.06 g	6.47 g	12.28 g	3.20 g	3.94 g	3.53 g	0.62 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
41.62 g	13.39 g	1.52 g	45.23 g	15.19 g	0.58 g	41.75 g	13.39 g	0.85 g	55.94 g	19.42 g	0.29 g		
1			1			1							
Ebéd	(00911) Tej,Tojás,C,OM,Sz,Ban, FokM 4-6	Rántottleves, Pirított kenyérkocka, Bolognai halragu, Főtt tészta, Növényi sajt szórat			Levesbetét, Paradicsomleves, Húsgombóc , Burgonyapüré			Lencseleves, Burgonyás tészta, Vegyesvágott, Alma			Daragaluska leves, Rakott karfiol		
		Energia: 440.40 Kcal / 1,840.87 KJ			Energia: 524.56 Kcal / 2,192.66 KJ			Energia: 519.33 Kcal / 2,170.80 KJ			Energia: 369.16 Kcal / 1,543.09 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.48 g	17.53 g	3.08 g	13.98 g	17.27 g	5.09 g	11.74 g	10.18 g	1.10 g	16.33 g	18.73 g	5.45 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
60.18 g	6.63 g	1.44 g	76.89 g	22.01 g	3.54 g	92.97 g	5.25 g	2.28 g	33.44 g	0.00 g	2.62 g		
1,4			1,9			1,10,15,(12)			1				
Uzsonna	(00911) Tej,Tojás,C,OM,Sz,Ban, FokM 4-6	Diétás péksütemény			Sertés párizsi, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Jégcsapretek			Pulykamell sonka , Liga margarin , Diétás pékáru BL			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL		
		Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ			Energia: 251.01 Kcal / 1,049.22 KJ			Energia: 227.66 Kcal / 951.62 KJ			Energia: 209.83 Kcal / 877.09 KJ		
		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	8.18 g	11.39 g	3.33 g	8.98 g	8.29 g	2.12 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31.80 g	18.90 g	0.30 g	28.74 g	3.12 g	1.15 g	29.01 g	0.00 g	1.11 g	28.47 g	0.00 g	0.68 g		
1			1			1							

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

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

Allergén lista (kód-allergén)

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

7-tejtermél 10-mustár
 8-diófélék 11-szezám
 9-zeller 12-kéndioxid-szulfid
 13-csillagfürt
 14-puhatestűek
 15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!

16-édesgyökér

Élelmezésvezető

Tételek étlap 2023.04.03 - 2023.04.09

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
4/3/2023	Laktóz (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	0,00	0,08		
		Póréhagymakarika	17,98	4,30	0,26	0,04	0,00	0,74	0,00	0,00		
		Növényi szendvicskrém	203,98	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32		
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
		T Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00		
		Soproni felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
		Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
		E Rántottleves	222,64	53,26	0,45	3,77	0,43	4,34	0,00	0,49		
		Kólesgolyó	88,86	21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,04	0,00		
		Bolognai szósz	714,34	170,90	8,00	12,08	3,72	7,33	2,50	0,37		
		Főtt tészta	997,92	238,74	2,30	5,46	0,42	44,35	2,88	0,14		
		Növényi sajt szórat	17,87	4,28	0,00	0,35	0,00	0,30	0,00	0,00		
		U Diétás péksütemény	1 131,94	270,80	1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30		
		V Almalé	733,23	175,41	0,21	0,00	0,00	42,00	0,00	0,02		
		Sült szalonna	5 821,20	1 392,63	18,00	146,00	55,32	0,00	0,00	7,00		
		Főtt burgonya	705,50	168,78	4,50	0,36	0,05	36,00	0,00	0,31		
		Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
		Allergénmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
		Összesen:	13 289,78	3 179,38	50,14	201,14	69,87	270,61	38,91	11,44		
4/4/2023	Laktóz (00957) Tej, tojás, glutén, citrusOM 4-6	R Almalé	733,23	175,41	0,21	0,00	0,00	42,00	0,00	0,02		
		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 Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00		
		Vaníliás puding rizstejjel	70,44	16,85	0,02	0,18	0,02	3,71	1,80	0,00		
		Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
		E Paradicsomleves	582,75	139,42	1,65	1,69	0,19	29,25	19,98	1,85		
		Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01		
		Húsgombóc	628,58	150,38	7,83	9,60	3,41	8,00	0,00	0,81		
		Burgonyapüré	824,80	197,32	3,63	5,70	1,45	31,95	1,58	0,80		
		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		
		Jégcsaprek	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		
		Szalonnás kenyérlángos	415,25	99,34	1,23	9,65	3,03	1,85	0,35	1,04		
		Összesen:	6 228,05	1 489,95	32,81	47,88	14,01	219,32	41,72	7,21		
		4/5/2023	Laktóz (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	0,00	0,08
				Növényi szendvicskrém	203,98	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32
Gluténmentes pékáru	610,28			146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
T Herba tea CM	224,89			53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00		
Kolbászkrem házi TM	455,45			108,96	0,91	11,55	3,16	0,23	0,00	0,27		
Gluténmentes pékáru	610,28			146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,49		
E Lencseleves	609,35			145,78	8,38	3,53	0,38	19,96	0,00	0,51		
Burgonyás tészta	1 389,07			332,32	4,61	6,65	0,80	62,14	2,85	1,20		
Vegyesvágott	96,46			23,08	0,54	0,07	0,01	4,96	2,40	0,52		
Alma	218,12			52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
U Pulykamell 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		
V Almalé	733,23			175,41	0,21	0,00	0,00	42,00	0,00	0,02		
Húsgombóc	628,58			150,38	7,83	9,60	3,41	8,00	0,00	0,81		
Ecetes burgonyasaláta	1 069,27			255,81	5,84	0,49	0,05	55,86	9,99	2,00		
Vaníliás puding rizstejjel	70,44			16,85	0,02	0,18	0,02	3,71	1,80	0,00		
Összesen:	7 887,69			1 887,02	43,50	48,03	14,71	305,43	31,63	7,75	15,(12)	
4/6/2023	Laktóz (00957) Tej, tojás, glutén, citrusOM 4-6			R Almalé	733,23	175,41	0,21	0,00	0,00	42,00	0,00	0,02
				Hegyí 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 Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00		
		Kóleskása meggyel	801,65	191,78	3,88	1,61	0,39	40,08	11,39	0,29		
		E Kukoricagaluska leves	185,99	43,59	1,00	2,11	0,26	5,32	0,01	1,05		
		Rakott karfiol	1 350,92	323,18	14,88	18,44	5,40	24,03	0,00	1,82		
		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		
		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		
		Rántott növényi sajt	147,94	35,39	0,54	0,80	0,09	6,41	0,00	0,04		
		Kukoricás rizs	892,93	213,62	5,18	1,48	0,19	44,65	0,00	0,50		
		Cékasaláta	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49		
		Összesen:	6 431,90	1 537,82	36,99	43,31	10,94	240,13	23,43	5,90	15,(12)	

Heti étlap 2023.04.06. - 2023.04.06.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök		
 Tízórai	(00957) Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	Herba tea CM, Soproni felvágott, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea CM, Vaníliás puding rizstejjel, Gluténmentes pékáru			Herba tea CM, Kolbászkrém házi TM, Gluténmentes pékáru			Rizstej, Köleskása meggyel		
		Energia: 330.30 Kcal / 1,380.65 KJ			Energia: 216.65 Kcal / 905.60 KJ			Energia: 308.76 Kcal / 1,290.62 KJ			Energia: 275.76 Kcal / 1,152.68 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.40 g	14.16 g	4.39 g	3.66 g	1.18 g	0.22 g	4.55 g	12.55 g	3.36 g	3.94 g	3.53 g	0.62 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
40.99 g 13.79 g 1.43 g			44.60 g 15.59 g 0.49 g			41.12 g 13.79 g 0.76 g			55.94 g 19.42 g 0.29 g				
Ebéd	(00957) Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	Rántottleves, Kölesgolyó, Bolognai szósz, Főtt tészta, Növényi sajt szórat			Paradicsomleves, Levesbetét, Húsgombóc , Burgonyapüré			Lencseleves, Burgonyás tészta, Vegyesvágott, Alma			Kukoricagaluska leves, Rakott karfiol		
		Energia: 488.44 Kcal / 2,041.68 KJ			Energia: 508.01 Kcal / 2,123.48 KJ			Energia: 553.36 Kcal / 2,313.04 KJ			Energia: 366.77 Kcal / 1,533.10 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11.53 g	21.86 g	4.61 g	13.35 g	17.11 g	5.06 g	14.13 g	10.85 g	1.19 g	15.88 g	20.55 g	5.66 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
61.12 g 5.42 g 1.00 g			73.82 g 21.86 g 3.47 g			97.56 g 5.25 g 2.25 g			29.35 g 0.01 g 2.87 g				
Uzsonna	(00957) Tej,tojás,glutén,citrusOM 4-6	Diétás péksütemény			Sertés párizsi, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Jégcsapretek			Pulykamell sonka , Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Gluténmentes pékáru		
		Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ			Energia: 255.00 Kcal / 1,065.90 KJ			Energia: 231.65 Kcal / 968.30 KJ			Energia: 213.82 Kcal / 893.77 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		1.50 g	11.90 g	0.90 g	6.26 g	11.66 g	3.49 g	7.06 g	8.56 g	2.28 g	3.66 g	8.35 g	2.10 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
31.80 g 18.90 g 0.30 g			28.11 g 3.52 g 1.06 g			28.38 g 0.40 g 1.02 g			27.84 g 0.40 g 0.59 g				
15,(12)											9		

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
 2-rák
 3-tojás

4-hal
 5-földimogyoró
 6-szója

7-tejterm 10-mustár

8-diófélék 11-szezám

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

13-csillagfűrt

14-puhatestűek

16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!

.....

Élelmésvetető