


Tételes étlap 2023.04.17 - 2023.04.23

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
4/17/2023	László (00442)	Eattrend 3-as Óvoda 4-6 éves	T Meggyes tea	170,52	40,79	0,07	0,01	0,00	10,00	9,99	0,00		
			Félbarna kenyér	648,65	155,18	5,88	0,60	0,00	31,38	0,00	1,20	1	
			Kenőmájás	290,00	69,38	2,66	5,42	2,02	2,42	0,00	0,22	(1),(6),(7),(10)	
			E Frankfurti leves	421,96	100,95	4,55	5,42	2,21	8,28	0,03	1,46	1,7,(3),(6),(9),(12)	
			Grízes tészta 4-6	1 102,49	263,75	8,13	2,81	0,26	51,18	0,00	9,88	1,(3)	
			Lekvár	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	21,81	0,00	(12)	
			Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00		
			Alma	87,25	20,87	0,24	0,24	0,00	4,20	0,00	0,01		
			U Zsemle	570,99	136,60	4,70	0,35	0,13	28,50	0,00	0,51	1	
			Margarin	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
			Sertés párizsi	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46		
			Összesen:	3 951,91	945,42	28,71	20,49	6,90	160,25	41,82	13,80		
4/18/2023	László (00442)	Eattrend 3-as Óvoda 4-6	T Tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	7	
			Natúr vajkrém	317,52	75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	0,00	0,00	0,00	7
			Korpás kenyér	539,48	129,06	3,94	0,36	0,00	27,36	0,00	0,70	1	
			Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
			E Vajgaluska leves	227,90	54,52	1,26	2,38	0,64	6,89	0,01	1,08	1,3,9,(7)	
			Csikós tokány	818,78	195,88	11,96	13,91	3,92	5,45	0,00	1,15	1,7	
			Párolt rizs	1 079,15	258,17	4,80	5,75	0,10	46,50	0,00	0,30		
			U Kajsziarackos háromszög	1 426,17	341,19	3,78	18,27	0,00	39,98	0,00	0,00	1,7,(3),(6),(12)	
			Összesen:	4 824,55	1 154,19	33,24	51,69	10,16	137,52	0,01	3,51		
			4/19/2023	László (00442)	Eattrend 3-as Óvoda 4-6	T Citromos tea	339,96	81,33	0,13	0,03	0,00	19,99	11,99
Füstölt sajtos brokkollikrém	271,37	64,92				1,37	6,40	0,00	0,40	0,00	0,00	7	
Korpás kenyér	539,48	129,06				3,94	0,36	0,00	27,36	0,00	0,70	1	
E Eszterházi sertésragu	539,90	129,16				9,52	6,49	4,51	7,98	3,00	0,75	1,7,10,(12)	
Főtt tészta	944,98	226,07				7,50	2,20	0,21	43,80	0,00	3,99	1,(3)	
Burgonya galuska leves	586,82	139,29				4,06	3,75	0,39	22,30	0,01	1,25	1,3,9	
U Kópé felvágott	170,39	40,76				2,73	3,19	1,17	0,23	4,00	0,40		
Félbarna kenyér	648,65	155,18				5,88	0,60	0,00	31,38	0,00	1,20	1	
Margarin	72,31	17,30				0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
Összesen:	4 113,86	983,07				35,13	25,02	7,18	153,44	19,00	8,35		
4/20/2023	László (00442)	Eattrend 3-as Óvoda 4-6 éves	T Citromos tea	339,96	81,33	0,13	0,03	0,00	19,99	11,99	0,00		
			Baracklekvár	120,83	28,91	0,05	0,00	0,00	7,13	6,23	0,00	(12)	
			Félbarna kenyér	648,65	155,18	5,88	0,60	0,00	31,38	0,00	1,20	1	
			Margarin	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
			E Lebbencsleves	414,58	99,18	3,14	0,78	0,18	19,62	0,01	0,43	1,9,(3)	
			Finomfőzelék	644,30	154,14	5,51	4,74	0,73	21,62	3,00	0,63	1,7	
			Félbarna kenyér	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	1	
			Sonkás fasírt	570,78	136,55	14,08	4,75	2,24	9,19	0,00	0,91	1,3	
			U Korpás zsemle	570,99	136,60	4,70	0,35	0,13	28,50	0,00	0,51	1	
			Kockasajt	314,79	75,31	4,18	6,25	3,72	0,50	0,00	0,70	7	
Összesen:	4 021,51	962,09	40,61	19,80	7,90	153,62	21,23	5,04					
4/21/2023	László (00442)	Eattrend 3-as Óvoda 4-6	T Barackos tea	349,82	83,69	0,52	0,10	0,00	20,01	9,99	0,00		
			Körözött	122,82	29,38	2,63	1,62	0,88	1,03	0,00	0,41	7	
			Graham kenyér	668,81	160,00	6,06	0,60	0,00	32,40	0,00	1,03	1	
			Jégcsapretek	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01		
			E Főtt tészta	944,98	226,07	7,50	2,20	0,21	43,80	0,00	3,99	1,(3)	
			Csirkepaprikás	1 062,09	254,09	30,52	11,77	2,60	6,19	0,00	1,04	1,7	
			Pirított kenyérkocka	108,11	25,86	0,98	0,10	0,00	5,23	0,00	0,20	1	
			Vegyes zöldségkrémleves	368,56	87,08	2,11	4,73	0,86	9,12	0,01	1,25	1,7,9	
			U Kakaós csiga	800,62	191,54	3,17	11,76	2,34	18,02	8,72	0,32	1,7,(3)	
			Összesen:	4 437,61	1 060,53	53,71	32,90	6,90	136,33	21,84	8,25		

Heti étlap 2023.04.17 - 2023.04.21

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Meggyes tea Félbarna kenyér Kenőmájassal			Tej Vajkrémes Korpás kenyér Uborkával			Citromos tea Füstölt sajtos brokkolikrémes Korpás kenyér			Citromos tea Baracklekváros Félbarna kenyér Margarinnal			Barackos tea Körözöttes Graham kenyér Jégcsapretekkel		
		Energia: 265.35 Kcal / 1,109.16 KJ			Energia: 304.43 Kcal / 1,272.52 KJ			Energia: 275.31 Kcal / 1,150.80 KJ			Energia: 282.72 Kcal / 1,181.77 KJ			Energia: 275.89 Kcal / 1,153.22 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.61 g	6.03 g	2.02 g	11.44 g	11.38 g	5.65 g	5.44 g	6.79 g	3.82 g	6.06 g	2.63 g	0.90 g	9.43 g	2.34 g	0.89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
43.80 g	9.99 g	1.42 g	38.70 g	2.20 g	0.98 g	47.75 g	19.98 g	0.92 g	58.50 g	26.21 g	1.26 g	53.97 g	23.10 g	1.45 g		
1,(6),(7),(10)			1,7			1,7			1,(7),(12)			1,7				
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Frankfurti leves Grízes tészta Lekvárral Porcukorral Alma			Vajgaluska leves Csikós tokány Párolt rizs			Burgonya galuska leves Eszterházi sertésragu Főtt tésztával			Lebbencsleves Finomfőzelék Sonkás fasírttal Félbarna kenyérral			Zöldségkrémleves Pirított kenyérkockával Csirkepaprikás Főtt tésztával		
		Energia: 483.53 Kcal / 2,021.16 KJ			Energia: 437.88 Kcal / 1,830.34 KJ			Energia: 494.52 Kcal / 2,067.09 KJ			Energia: 473.81 Kcal / 1,980.53 KJ			Energia: 593.10 Kcal / 2,479.16 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.02 g	8.47 g	2.47 g	19.13 g	12.96 g	2.21 g	21.08 g	12.44 g	3.03 g	20.38 g	14.44 g	3.76 g	41.11 g	18.80 g	3.67 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
87.91 g	22.48 g	11.35 g	57.13 g	0.01 g	1.66 g	74.08 g	3.01 g	6.03 g	64.30 g	3.01 g	2.75 g	64.34 g	0.01 g	6.48 g		
1,7,(3),(6),(9),(12)			1,7,9			1,3,7,9,10,(12)			1,3,7,9			1,7,9,(3)				
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Sertés párizsis Zsemle Margarinnal			Kajszibarackos háromszög			Kópé felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal			Korpás zsemle Kockasajttal			Kakaós csiga		
		Energia: 196.54 Kcal / 821.54 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 213.24 Kcal / 891.34 KJ			Energia: 211.91 Kcal / 885.78 KJ			Energia: 191.54 Kcal / 800.64 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.08 g	5.99 g	2.41 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	8.61 g	5.79 g	2.07 g	8.88 g	6.60 g	3.85 g	3.17 g	11.76 g	4.03 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.54 g	0.00 g	1.03 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g	31.61 g	4.00 g	1.66 g	29.00 g	0.00 g	1.21 g	18.02 g	5.90 g	0.37 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,7			1,7,(3)				

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-csillagfűt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfit | 15-mesterséges íz- és szaganyagok | |
- Quadro Byte Zrt Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető
 2023.02.17 8:56:22 | QB - Élelem

16.hét



Óvodás, Iskolás étlap

04.17-04.21	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Meggyes tea Kenőmájas Félbarna kenyér	Tej Vajkrém Korpás kenyér Kígyóuborka	Citromos tea Helyben készült füstölt sajtos brokkolikrém Korpás kenyér	Citromos tea Baracklevár Margarin Félbarna kenyér	Barackos tea Körözött Graham kenyér Jégcsapretek
Leves	Frankfurti leves virslislikákkal	Vajgaluska leves	Magyaros burgonyagombóc leves	Lebbencsleves	Vegyes zöldségkrémleves Pirított kenyérkocka
Ovi/Iskola	Grízes - ízes tészta (Baracklevár) Porcukor szórat Alma	Csikós tokány Párolt rizs	Eszterházy sertésragu Orsó tészta	Házi sonkás fasírt Finomfőzelék félbarna kenyér	Csirkemell paprikás Főtt tészta
Uzsonna	Sertés párizsi Margarin Zsemle	Helyben sült kajszibarackos háromszög	Kópé felvágott Margarin Félbarna kenyér	Kockasajt Korpás zsemle	Helyben sült kakaós csiga