


Heti étlap 2023.01.09. - 2023.01.13.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(01185) PKU	Kenyér, PKU, Tej, Liga margarin			Kenyér, PKU, Herba tea CM, Szilvalekvár, Liga margarin , Körte			Kenyér, PKU, Herba tea CM, Sült zöldség, Liga margarin			Kenyér, PKU, Rizstej, Liga margarin			Kenyér, PKU, Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, kigyóborka		
		Energia: 269.62 Kcal / 1,127.01 KJ			Energia: 280.83 Kcal / 1,173.87 KJ			Energia: 426.11 Kcal / 1,781.14 KJ			Energia: 201.61 Kcal / 842.73 KJ			Energia: 161.81 Kcal / 676.37 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		7.51 g	12.00 g	3.64 g	1.08 g	9.18 g	2.01 g	8.19 g	15.38 g	2.76 g	0.42 g	9.91 g	2.19 g	0.96 g	5.84 g	4.55 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32.34 g	1.16 g	0.86 g	47.73 g	18.64 g	0.60 g	62.76 g	14.62 g	3.76 g	26.67 g	8.57 g	0.34 g	26.22 g	18.37 g	0.57 g		
1,7		1,(7),(12)			1,(7)			1,(7)			1,(7)					
Ebéd	(01185) PKU	Zöldséges rizs, Brokkoli krém lev., Pírtott kenyérbocok			Kenyér, PKU, Rántottleves, Pírtott kenyérbocok, PKU Burger Mix, Burgonyafőzelék			Zöldségleves, Növényi túró feltét, Növényi tejföl, Porcukor, Főtt tészta, Alma			Zöldségleves, Kenyér, PKU, Levesbetét, PKU Burger Mix, Paradicsomos káposzta			Zöldségleves, Gombapörkölt, Főtt tészta		
		Energia: 408.98 Kcal / 1,709.54 KJ			Energia: 356.79 Kcal / 1,491.38 KJ			Energia: 328.70 Kcal / 1,373.97 KJ			Energia: 291.29 Kcal / 1,217.59 KJ			Energia: 285.32 Kcal / 1,192.64 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		6.32 g	13.42 g	1.85 g	4.68 g	11.77 g	1.55 g	2.08 g	5.83 g	0.82 g	3.73 g	6.63 g	0.69 g	5.16 g	8.52 g	1.18 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64.66 g	0.02 g	1.29 g	56.51 g	1.21 g	1.79 g	65.62 g	9.99 g	0.53 g	52.65 g	9.59 g	1.98 g	46.45 g	0.00 g	1.23 g		
1,7,9		1,7,9			3			1,3,(7)			3					
Uzsonna	(01185) PKU	Kenyér, PKU, Sült zöldség, Liga margarin , Paprika			Kenyér, PKU, Kockasajt			Kenyér, PKU, Violife növényi sajt szelet, Liga margarin			Kenyér, PKU, Növényi szendvicskrém, Jégcsapretek			Diétás péksütemény		
		Energia: 376.23 Kcal / 1,572.64 KJ			Energia: 184.33 Kcal / 770.50 KJ			Energia: 176.84 Kcal / 739.19 KJ			Energia: 106.13 Kcal / 443.62 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		8.43 g	15.44 g	2.76 g	4.87 g	8.25 g	3.83 g	0.71 g	9.35 g	2.01 g	0.78 g	5.82 g	4.26 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
49.97 g	1.23 g	3.76 g	22.20 g	1.16 g	1.19 g	22.04 g	1.16 g	0.59 g	12.68 g	3.70 g	0.57 g	31.80 g	18.90 g	0.30 g		
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-szezám | 14-puhatestűek |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer |


Jó étvágyat kívánunk!

.....
 Élelmezésvezető

Tételes étlap 2023.01.09 - 2023.01.15

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
1/9/2023	László (01186)	PKU 4-6	T Kenyér, PKU	455,70	109,02	0,69	2,00	0,11	21,70	1,16	0,49 1,(7)	
			Tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27 7	
			Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
			E Zöldséges rizs	1 251,50	299,40	2,24	9,85	1,23	49,49	0,00	0,17	
			Brokkoli krém lev.	349,96	83,72	3,10	3,47	0,62	9,94	0,02	0,92 1,7,9	
			Píritott kenyérkocka	108,11	25,86	0,98	0,10	0,00	5,23	0,00	0,20 1	
			U Kenyér, PKU	455,70	109,02	0,69	2,00	0,11	21,70	1,16	0,49 1,(7)	
			Sült zöldség	834,94	199,75	7,48	6,38	0,75	27,63	0,07	3,17	
			Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
	Összesen:	4 409,23	1 054,83	22,26	40,86	8,25	146,97	2,41	5,91			
1/10/2023	László (01186)	PKU 4-6	T Kenyér, PKU	455,70	109,02	0,69	2,00	0,11	21,70	1,16	0,49 1,(7)	
			Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Szilvalekvár	94,76	22,67	0,13	0,00	0,00	5,40	4,09	0,01 (12)	
			Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
			Körte	132,91	31,80	0,24	0,18	0,00	7,20	0,00	0,00	
			E Kenyér, PKU	455,70	109,02	0,69	2,00	0,11	21,70	1,16	0,49 1,(7)	
			Rántottleves	375,10	89,74	0,41	7,65	0,89	4,84	0,05	0,98 1,9	
			Píritott kenyérkocka	108,11	25,86	0,98	0,10	0,00	5,23	0,00	0,20 1	
			PKU Burger Mix	154,70	37,01	0,09	0,46	0,00	7,30	0,00	0,00	
			Burgonyafőzelék	397,77	95,16	2,51	1,56	0,55	17,44	0,00	0,12 1,7	
U Kenyér, PKU	455,70	109,02	0,69	2,00	0,11	21,70	1,16	0,49 1,(7)				
Kockasajt	314,79	75,31	4,18	6,25	3,72	0,50	0,00	0,70 7				
	Összesen:	3 435,74	821,95	10,63	29,20	7,39	126,44	21,01	3,58			
1/11/2023	László (01186)	PKU 4-6	T Kenyér, PKU	455,70	109,02	0,69	2,00	0,11	21,70	1,16	0,49 1,(7)	
			Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Sült zöldség	834,94	199,75	7,48	6,38	0,75	27,63	0,07	3,17	
			Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
			E Zöldségleves	141,45	33,84	1,19	0,43	0,05	6,12	0,00	0,46	
			Növényi túró feltét	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Növényi tejföl	5,48	1,31	0,07	0,06	0,01	0,13	0,00	0,05	
			Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00	
			Főtt tészta	841,10	201,22	0,22	4,74	0,76	38,88	0,00	0,00 3	
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
U Kenyér, PKU	455,70	109,02	0,69	2,00	0,11	21,70	1,16	0,49 1,(7)				
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				
	Összesen:	3 894,30	931,65	10,98	30,56	5,59	150,42	25,77	4,88			
1/12/2023	László (01186)	PKU 4-6	T Kenyér, PKU	227,85	54,51	0,34	1,00	0,05	10,85	0,58	0,24 1,(7)	
			Rizstej	349,30	83,56	0,06	1,91	0,24	15,78	7,99	0,00	
			Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
			E Zöldségleves	70,72	16,92	0,59	0,21	0,02	3,06	0,00	0,23	
			Kenyér, PKU	227,85	54,51	0,34	1,00	0,05	10,85	0,58	0,24 1,(7)	
			Levesbetét	176,04	42,11	0,06	0,07	0,06	10,20	0,02	0,05 3	
			PKU Burger Mix	154,70	37,01	0,09	0,46	0,00	7,30	0,00	0,00	
			Paradicsomos káposzta	588,31	140,74	2,65	4,89	0,56	21,24	8,99	1,46 1	
			U Kenyér, PKU	227,85	54,51	0,34	1,00	0,05	10,85	0,58	0,24 1,(7)	
			Növényi szendvicskrém	203,98	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32	
Jégcsapretek	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01				
	Összesen:	2 504,01	599,03	4,93	22,36	7,14	92,00	21,86	2,89			
1/13/2023	László (01186)	PKU 4-6	T Kenyér, PKU	227,85	54,51	0,34	1,00	0,05	10,85	0,58	0,24 1,(7)	
			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	
			kígyóuborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	4,40	0,01	
			E Zöldségleves	70,72	16,92	0,59	0,21	0,02	3,06	0,00	0,23	
			Gombapörkölt	283,88	67,19	4,36	3,57	0,41	4,51	0,00	1,00	
			Főtt tészta	841,10	201,21	0,21	4,74	0,75	38,88	0,00	0,00 3	
			U Diétás péksütemény	1 131,94	270,80	1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30	
				Összesen:	3 004,02	717,93	7,62	26,26	6,63	104,47	37,27	2,10

Heti étlap 2023.01.09. - 2023.01.13.

		Hétfő			Kedd			Szerda			csütörtök			Péntek		
 Tízórai	(00320) Glutén,szója,hal és olajosmag mentes 4-6	Tej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea CM, Szilvalekvár, Liga margarin , Körte, Gluténmentes pékáru			Herba tea CM, Kolbászkrem házi TM, Gluténmentes pékáru			Tej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea CM, Kenőmájas allergénmentes, Gluténmentes pékáru, kigyóuborka		
		Energia: 306.60 Kcal / 1,281.59 KJ			Energia: 317.81 Kcal / 1,328.45 KJ			Energia: 308.76 Kcal / 1,290.62 KJ			Energia: 306.60 Kcal / 1,281.59 KJ			Energia: 273.88 Kcal / 1,144.82 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.46 g	11.00 g	3.73 g	4.03 g	8.18 g	2.10 g	4.55 g	12.55 g	3.36 g	10.46 g	11.00 g	3.73 g	6.70 g	6.46 g	2.52 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
38.14 g 0.40 g 0.86 g			53.53 g 17.88 g 0.60 g			41.12 g 13.79 g 0.76 g			38.14 g 0.40 g 0.86 g			43.99 g 18.19 g 0.73 g				
		7			(12)			7								
Ebéd	(00320) Glutén,szója,hal és olajosmag mentes 4-6	Brokkoli krém lev., Kölesgolyó, Zöldséges rizses csirke			Rántottleves, Fasírt , Burgonyafőzelék, GM pékáru, ebédhez			Sárgaborsóleves, Túró feltét, Tejföl, Porcukor, Alma, Főtt tészta			Csontleves zellermentes, Levesbetét, Főtt sertés, Paradicsomos káposzta főzelék, GM pékáru, ebédhez			Zöldborsó leves, Bakonyi sertésragu, Főtt tészta		
		Energia: 410.07 Kcal / 1,714.09 KJ			Energia: 508.30 Kcal / 2,124.69 KJ			Energia: 543.40 Kcal / 2,271.41 KJ			Energia: 473.78 Kcal / 1,980.40 KJ			Energia: 413.30 Kcal / 1,727.59 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		18.97 g	9.08 g	1.16 g	13.47 g	20.74 g	3.84 g	14.75 g	17.34 g	5.72 g	25.80 g	14.04 g	3.50 g	17.75 g	13.21 g	2.42 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
59.65 g 0.06 g 1.02 g			65.61 g 1.50 g 1.37 g			80.31 g 12.90 g 1.31 g			59.78 g 11.24 g 3.94 g			55.29 g 2.88 g 1.79 g				
		7			7			7			7					
Uzsonna	(00320) Glutén,szója,hal és olajosmag mentes 4-6	Pulykamell sonka , Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paprika			Kockasajt , Gluténmentes pékáru			Sajt szelet, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Sertés párizsi, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Jégcsapretek			Diétás péksütemény		
		Energia: 235.57 Kcal / 984.68 KJ			Energia: 221.31 Kcal / 925.08 KJ			Energia: 280.08 Kcal / 1,170.73 KJ			Energia: 255.00 Kcal / 1,065.90 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7.30 g	8.62 g	2.28 g	7.82 g	7.25 g	3.92 g	8.90 g	13.32 g	5.48 g	6.26 g	11.66 g	3.49 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
28.98 g 0.40 g 1.02 g			28.00 g 0.40 g 1.19 g			27.88 g 0.40 g 0.99 g			28.11 g 3.52 g 1.06 g			31.80 g 18.90 g 0.30 g				
		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-szulfít | 15-mesterséges édesítőszer | |

ó étvágyat kívánunk

Élelmezésvezető

Heti étlap 2023.01.09. - 2023.01.15.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
Reggeli	Herba tea CM, Álomsonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL	Herba tea CM, Olasz felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL	Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL	Herba tea CM, Csirkemell sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL	Herba tea CM, Zala felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL	Herba tea CM, Hegyi sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL	Herba tea CM, Sült bécsi rudacska, Diétás pékáru BL, Salátalevél
	Energia: 535.62 Kcal / 2,238.89 KJ	Energia: 625.33 Kcal / 2,613.88 KJ	Energia: 461.92 Kcal / 1,930.83 KJ	Energia: 535.62 Kcal / 2,238.89 KJ	Energia: 572.93 Kcal / 2,394.85 KJ	Energia: 535.62 Kcal / 2,238.89 KJ	Energia: 652.03 Kcal / 2,725.49 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	17.95 g 16.58 g 4.26 g	16.63 g 27.78 g 8.47 g	11.55 g 11.06 g 8.49 g	17.95 g 16.58 g 4.26 g	16.61 g 21.84 g 6.22 g	17.95 g 16.58 g 4.26 g	26.20 g 26.41 g 9.39 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
78.00 g 19.98 g 2.21 g	76.44 g 19.98 g 3.04 g	78.84 g 19.98 g 1.80 g	78.00 g 19.98 g 2.21 g	76.78 g 19.98 g 2.16 g	78.00 g 19.98 g 2.21 g	76.61 g 19.98 g 4.16 g	
1							
Tízórai	Rizstej, Liga margarin, Diétás pékáru BL	Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es, Kukkini, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Körte	Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es, Sült hús krém, Diétás pékáru BL	Rizstej, Liga margarin, Diétás pékáru BL	Ásványvíz, szénsavmentes 0,1-es, Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL,	Herba tea CM, Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL, Salátalevél	Herba tea CM, Álomsonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL
	Energia: 536.46 Kcal / 2,242.40 KJ	Energia: 521.55 Kcal / 2,180.08 KJ	Energia: 508.49 Kcal / 2,125.49 KJ	Energia: 536.46 Kcal / 2,242.40 KJ	Energia: 382.65 Kcal / 1,599.48 KJ	Energia: 462.95 Kcal / 1,935.13 KJ	Energia: 635.62 Kcal / 2,238.89 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	11.24 g 18.32 g 4.24 g	13.25 g 16.31 g 3.89 g	13.99 g 24.88 g 6.77 g	11.24 g 18.32 g 4.24 g	11.64 g 11.08 g 8.49 g	11.64 g 11.08 g 8.49 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	
80.01 g 11.99 g 1.36 g	79.64 g 0.00 g 1.45 g	56.52 g 0.00 g 1.74 g	80.01 g 11.99 g 1.36 g	58.99 g 0.00 g 1.88 g	78.97 g 19.98 g 1.80 g	78.00 g 19.98 g 2.21 g	
1							
Ebéd	Brokkoli krém lev., Pirított kenyérkocka, Zöldsesg rizses csirke	Rántottleves, Pirított kenyérkocka, Fasírt , Burgonyafőzelék tejmentesen, Diétás	Magyaros zellerleves, Növényi túró feltét, Növényi tejföl, Főtt tészta,	Csontleves , Levesbetét, Főtt sertés, Tökfőzelék, Diétás pékáru BL,	Sárgarépa krém leves, Pirított kenyérkocka, Sertésragu, Főtt	Gulyásleves, Császármorzsa, Porcukor	Kertészleves, Levesbetét, Sertéssült , Tepsis burgonya,
	Energia: 772.31 Kcal / 3,228.26 KJ	Energia: 924.81 Kcal / 3,865.71 KJ	Energia: 534.98 Kcal / 2,236.22 KJ	Energia: 634.68 Kcal / 2,652.96 KJ	Energia: 849.58 Kcal / 3,551.24 KJ	Energia: 629.07 Kcal / 2,211.51 KJ	Energia: 629.00 Kcal / 2,629.22 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	36.19 g 20.93 g 3.11 g	27.27 g 36.15 g 6.09 g	12.32 g 15.32 g 1.76 g	28.00 g 19.41 g 4.12 g	27.56 g 40.39 g 5.74 g	18.84 g 15.38 g 2.88 g	32.29 g 17.92 g 4.09 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
108.82 g 0.00 g 2.38 g	120.35 g 3.05 g 2.81 g	86.34 g 10.04 g 2.40 g	85.39 g 4.34 g 3.10 g	92.75 g 13.99 g 2.90 g	77.65 g 19.58 g 0.74 g	82.51 g 0.73 g 2.91 g	
1							
1, (3)							
1,9							
1							
1, (12)							
(1), (10)							
Uzsonna	Padlizsánkrém házi, Diétás pékáru BL, Salátalevél	Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL	Magyaros margarinkrém, Diétás pékáru BL, Salátalevél	Növényi szendvicskrém, Snidling, Diétás pékáru BL, Salátalevél	Diétás péksütemény	Diétás péksütemény	Gyümölcskrém, Diétás pékáru BL
	Energia: 391.03 Kcal / 1,634.51 KJ	Energia: 381.62 Kcal / 1,595.17 KJ	Energia: 547.07 Kcal / 2,286.75 KJ	Energia: 396.39 Kcal / 1,656.91 KJ	Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ	Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ	Energia: 315.25 Kcal / 1,317.75 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	11.76 g 12.06 g 2.94 g	11.55 g 11.06 g 8.49 g	11.50 g 30.25 g 7.79 g	13.43 g 11.45 g 8.54 g	1.50 g 11.90 g 0.90 g	1.50 g 11.90 g 0.90 g	11.75 g 1.47 g 0.10 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
58.40 g 0.00 g 1.51 g	58.86 g 0.00 g 1.80 g	57.30 g 0.00 g 2.56 g	59.79 g 0.00 g 1.80 g	31.80 g 18.90 g 0.30 g	31.80 g 18.90 g 0.30 g	63.28 g 1.00 g 1.16 g	
1							
Vacsora	Herba tea CM, Sertés aprósült fűszerszegény, Hajdina köret, Kukkini, Salátalevél	Herba tea CM, Sült csirkecomb, Sárgarépás rizs, Céklasalata ecet nélkül	Herba tea CM, Húsgolyó, Tört burgonya	Herba tea CM, Meleg szendvics	Herba tea CM, Sertés aprósült fűszerszegény, Héjában sült burgonya,	Herba tea CM, Hal fasírt tojásmentes, Sütőtökfőzelék, Diétás pékáru BL	Herba tea CM, Húsos szósz , Főtt tészta
	Energia: 736.62 Kcal / 3,079.07 KJ	Energia: 738.88 Kcal / 3,088.52 KJ	Energia: 591.11 Kcal / 2,470.84 KJ	Energia: 566.33 Kcal / 2,367.26 KJ	Energia: 580.08 Kcal / 2,424.73 KJ	Energia: 901.86 Kcal / 3,769.77 KJ	Energia: 754.31 Kcal / 3,153.02 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	35.58 g 25.62 g 5.36 g	58.29 g 14.87 g 3.47 g	20.38 g 24.27 g 7.40 g	18.80 g 16.36 g 4.18 g	32.84 g 14.98 g 4.05 g	28.84 g 30.94 g 6.65 g	21.08 g 36.21 g 9.72 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
90.06 g 19.98 g 2.33 g	92.01 g 20.21 g 6.30 g	71.11 g 19.98 g 2.62 g	85.30 g 19.98 g 3.45 g	76.49 g 19.98 g 1.53 g	125.62 g 27.97 g 4.09 g	84.47 g 23.98 g 0.52 g	
(10)							
1							
1,4							

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

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén 4-hal 7-tejfejtér 10-mustár 13-csilagfűrt 16-édesgyökér
 2-rák 5-földimogyoró 8-diófélék 11-szszám 14-puhatestűek
 3-tojás 6-sója 9-zeller 12-kén-dioxid-szulfid 15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

Heti étlap 2023.01.09. - 2023.01.13.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
eatrend	Tízórai	Rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Szilvalekvár, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Körte			Herba tea CM, Kolbászkrem házi TM, Diétás pékáru BL			Rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Kenőmájás allergénmentes, Diétás pékáru BL, Kígyóborka		
		Energia: 289.53 Kcal / 1,210.24 KJ			Energia: 313.82 Kcal / 1,311.77 KJ			Energia: 304.77 Kcal / 1,273.94 KJ			Energia: 289.53 Kcal / 1,210.24 KJ			Energia: 269.89 Kcal / 1,128.14 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.64 g	9.65 g	2.17 g	5.95 g	7.91 g	1.94 g	6.47 g	12.28 g	3.20 g	5.64 g	9.65 g	2.17 g	8.62 g	6.19 g	2.36 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
44.03 g 8.03 g 0.68 g			54.16 g 17.48 g 0.69 g			41.75 g 13.39 g 0.85 g			44.03 g 8.03 g 0.68 g			44.62 g 17.79 g 0.82 g				
Ebéd	372 Tej-tojásmentes 4-6 éves	1			1,(12)			1			1			1		
		Brokkoli krém lev., Pirított kenyérfocsi, Zöldséges rizses csirke			Rántottleves, Pirított kenyérfocsi, Fasírt , Burgonyafőzelék tejmentesen, Diétás pékáru BL, ebédhez			Sárgaborsóleves, Növényi túró feltét, Növényi tejföl, Főtt tészta, Porcukor, Alma			Csontleves , Levesbetét, Főtt sertés, Paradicsomos káposzta, Diétás pékáru BL, ebédhez			Zöldborsó leves, Bakonyi sertésragu,tej nélkül, Főtt tészta		
		Energia: 442.91 Kcal / 1,851.36 KJ			Energia: 500.08 Kcal / 2,090.33 KJ			Energia: 428.37 Kcal / 1,790.59 KJ			Energia: 451.97 Kcal / 1,889.23 KJ			Energia: 425.63 Kcal / 1,779.13 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
20.77 g	11.60 g	1.75 g	15.08 g	17.25 g	2.96 g	7.05 g	9.39 g	0.99 g	25.66 g	14.00 g	3.51 g	18.58 g	13.11 g	2.27 g		
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
63.32 g 0.00 g 1.34 g			69.89 g 1.52 g 1.55 g			77.48 g 12.90 g 1.27 g			54.81 g 10.81 g 2.98 g			57.79 g 2.92 g 2.08 g				
Uzsonna	372 Tej-tojásmentes 4-6 éves	1			1,9			1,9			1,9			1,9		
		Pulykamell sonka , Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paprika			Növényi szendvicsskrem, Diétás pékáru BL			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Sertés párizsi, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Jégcsapretek			Diétás péksütemény		
		Energia: 231.58 Kcal / 968.00 KJ			Energia: 190.81 Kcal / 797.59 KJ			Energia: 209.83 Kcal / 877.09 KJ			Energia: 251.01 Kcal / 1,049.22 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
9.22 g	8.35 g	2.12 g	5.78 g	5.53 g	4.24 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g	8.18 g	11.39 g	3.33 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g		
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
29.61 g 0.00 g 1.11 g			29.43 g 0.00 g 0.90 g			28.47 g 0.00 g 0.68 g			28.74 g 3.12 g 1.15 g			31.80 g 18.90 g 0.30 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-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

Heti étlap 2023.01.09. - 2023.01.13.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(00397) Glutén-,tejszója-,OM, halm 4-6	Rizstej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea CM, Szilvalekvár, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Körte			Herba tea CM, Kolbászkrem házi TM, Gluténmentes pékáru			Rizstej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea CM, Sonkakrém Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru, kigyóborka		
		Energia: 293.52 Kcal / 1,226.91 KJ			Energia: 317.81 Kcal / 1,328.45 KJ			Energia: 308.76 Kcal / 1,290.62 KJ			Energia: 293.52 Kcal / 1,226.91 KJ			Energia: 252.29 Kcal / 1,054.57 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		3.72 g	9.92 g	2.33 g	4.03 g	8.18 g	2.10 g	4.55 g	12.55 g	3.36 g	3.72 g	9.92 g	2.33 g	6.17 g	5.36 g	1.74 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
43.40 g	8.43 g	0.59 g	53.53 g	17.88 g	0.60 g	41.12 g	13.79 g	0.76 g	43.40 g	8.43 g	0.59 g	41.61 g	18.19 g	0.88 g		
(12)																
Ebéd	(00397) Glutén-,tejszója-,OM, halm 4-6	Brokkoli krém lev., Kölesgolyó, Zöldséges rizses csirke			Rántottleves, Kölesgolyó, Fasírt , Burgonyafőzelék, GM pékáru, ebédhez			Magyaros zellerleves, Növényi tejföl, Növényi túró feltét, Porcukor, Főtt tészta, Alma			Csontleves , Levesbetét, Főtt sertés, Paradicsomos káposzta főzelék, GM pékáru, ebédhez			Zöldborsó leves, Sertésragu, Főtt tészta		
		Energia: 410.70 Kcal / 1,716.73 KJ			Energia: 517.46 Kcal / 2,162.98 KJ			Energia: 386.34 Kcal / 1,614.90 KJ			Energia: 477.45 Kcal / 1,995.74 KJ			Energia: 462.75 Kcal / 1,934.30 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		18.85 g	9.58 g	1.06 g	13.99 g	19.90 g	3.29 g	3.64 g	10.59 g	1.16 g	25.93 g	14.07 g	3.50 g	16.40 g	19.22 g	2.86 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
58.93 g	0.04 g	1.26 g	70.00 g	1.54 g	1.35 g	67.69 g	12.87 g	1.27 g	60.48 g	11.24 g	3.48 g	55.39 g	2.88 g	1.83 g		
9 9																
Uzsonna	(00397) Glutén-,tejszója-,OM, halm 4-6	Kedvenc ízek sonka , Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paprika			Növényi szendvicsskrem, Gluténmentes pékáru			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Hegyi sonka , Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Jégcsapretek			Diétás péksütemény		
		Energia: 245.50 Kcal / 1,026.19 KJ			Energia: 194.80 Kcal / 814.26 KJ			Energia: 213.82 Kcal / 893.77 KJ			Energia: 234.47 Kcal / 980.08 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8.14 g	9.70 g	2.68 g	3.86 g	5.80 g	4.40 g	3.66 g	8.35 g	2.10 g	7.28 g	8.58 g	2.29 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
28.18 g	0.40 g	1.25 g	28.80 g	0.40 g	0.81 g	27.84 g	0.40 g	0.59 g	28.91 g	3.52 g	1.03 g	31.80 g	18.90 g	0.30 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-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |


Quadro Byte Zrt

Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

2022.02.03 8:40:26 | QB - Élelem

Heti étlap 2023.01.09. - 2023.01.13.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(00445) Tej-, tojás-, szója-, kókuszmentes	Rizstej, Liga margarin, Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Szilvalekvár, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Körte			Herba tea CM, Kolbászkrém házi TM, Diétás pékáru BL			Rizstej, Liga margarin, Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Kenőmájás allergénmentes, Diétás pékáru BL, kigyóuborka		
		Energia: 289.54 Kcal / 1,210.28 KJ			Energia: 330.17 Kcal / 1,380.11 KJ			Energia: 304.77 Kcal / 1,273.94 KJ			Energia: 289.54 Kcal / 1,210.28 KJ			Energia: 267.54 Kcal / 1,118.32 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		5.64 g	9.65 g	2.18 g	6.07 g	8.00 g	1.95 g	6.47 g	12.28 g	3.21 g	5.64 g	9.65 g	2.18 g	8.42 g	6.17 g	2.22 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
44.03 g	8.03 g	0.68 g	57.87 g	17.56 g	0.70 g	41.75 g	13.39 g	0.85 g	44.03 g	8.03 g	0.68 g	44.28 g	15.59 g	0.82 g		
1		1,(12)			1			1			1					
Ebéd	(00445) Tej-, tojás-, szója-, kókuszmentes	Brokkoli krém lev., Pirított kenyérfocsi, Zöldséges rizses csirke			Rántottleves, Pirított kenyérfocsi, Fasírt, Burgonyafőzelék tejmentesen, Diétás pékáru BL, ebédhez			Sárgaborsóleves, Sonkás kocka, Alma			Csontleves, Levesbetét, Főtt sertés, Paradicsomos káposzta, Diétás pékáru BL, ebédhez			Zöldborsó leves, Bakonyi sertésragu, tej nélkül, Főtt tészta		
		Energia: 432.57 Kcal / 1,808.14 KJ			Energia: 514.93 Kcal / 2,152.41 KJ			Energia: 443.61 Kcal / 1,854.29 KJ			Energia: 369.92 Kcal / 1,546.27 KJ			Energia: 410.84 Kcal / 1,717.31 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		20.38 g	11.56 g	1.75 g	14.69 g	19.99 g	3.28 g	16.67 g	10.32 g	1.65 g	14.90 g	10.00 g	2.09 g	17.79 g	12.60 g	2.22 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
61.23 g	0.00 g	1.26 g	67.80 g	1.53 g	1.48 g	69.39 g	2.88 g	3.48 g	54.17 g	11.26 g	3.02 g	56.00 g	2.92 g	1.78 g		
1		1			1,9			1,9			1,9					
Uzsonna	(00445) Tej-, tojás-, szója-, kókuszmentes	Pulykamell sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL, paprika			Sonkakrém Liga margarinnal, Diétás pékáru BL			Álom sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL			Sertés párizsi, Liga margarin, Diétás pékáru BL, Jégcsapretek			Diétás péksütemény		
		Energia: 231.59 Kcal / 968.05 KJ			Energia: 184.84 Kcal / 772.63 KJ			Energia: 227.67 Kcal / 951.66 KJ			Energia: 251.04 Kcal / 1,049.35 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9.22 g	8.35 g	2.14 g	7.27 g	4.51 g	1.09 g	8.98 g	8.29 g	2.14 g	8.18 g	11.39 g	3.34 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.61 g	0.00 g	1.11 g	28.57 g	0.00 g	0.85 g	29.01 g	0.00 g	1.11 g	28.74 g	3.12 g	1.15 g	31.80 g	18.90 g	0.30 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-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

.....

Tételes étlap 2023.01.09 - 2023.01.15

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
1/9/2023	László (00446)	Tej-, tojás-, kókuszmentes 4-6	T Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	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 Brokkoli krém lev.	251,52	60,17	2,07	2,69	0,23	6,89	0,00	0,75	1
			Pirított kenyérfocoka	64,87	15,52	0,59	0,06	0,00	3,14	0,00	0,12	1
			Zöldes rizzes csirke	1 491,78	356,88	17,72	8,81	1,52	51,20	0,00	0,39	
			U Pulykamell sonka	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43	
			Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10	
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58	1
			paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
			Összesen:	3 986,43	953,70	35,24	29,56	6,07	134,87	8,03	3,05	
1/10/2023	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	
			Szilvalekvár	96,65	23,12	0,13	0,00	0,00	5,51	4,17	0,01	(12)
			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	199,36	47,69	0,36	0,27	0,00	10,80	0,00	0,01	
			E Rántottleves	237,77	56,89	0,77	3,89	0,47	4,72	0,03	0,50	1
			Pirított kenyérfocoka	64,87	15,52	0,59	0,06	0,00	3,14	0,00	0,12	1
			Fasírt	406,02	97,14	8,12	6,67	1,69	1,05	0,00	0,58	
			Burgonyafőzelék tejmentesen	1 011,40	241,96	4,61	9,22	1,10	34,38	0,00	0,26	1
			Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
			U Sonkakrém Liga margarinnal	179,01	42,83	1,71	3,78	1,04	0,44	0,00	0,27	
Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58	1			
Összesen:	4 305,10	1 029,94	28,03	32,50	6,32	154,24	19,09	3,03				
1/11/2023	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	
			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	0,05	28,13	0,00	0,58	1
			E Sárgaborsóleves	401,22	95,99	4,08	3,27	0,56	12,51	0,03	1,06	1,9
			Sonkás kocka	1 234,95	295,44	11,99	6,45	1,09	46,38	2,85	2,40	
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
			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
			Összesen:	4 079,86	976,05	32,12	30,89	7,00	140,15	16,27	5,44	
			1/12/2023	László (00446)	Tej-, tojás-, kókuszmentes 4-6	T Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86
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	80,29	19,21				0,83	0,55	0,02	2,73	0,02	1,05	9
Levesbetét	87,30	20,89				0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01	
Főtt sertés	332,85	79,63				10,50	4,05	1,45	0,20	0,00	0,40	
Paradicsomos káposzta	613,50	146,77				2,73	5,13	0,59	22,11	9,44	1,54	1
Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42				0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
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
Jégcsapretek	11,80	2,83	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01				
Összesen:	3 805,77	910,50	28,72	31,04	7,61	126,94	22,41	4,85				
1/13/2023	László (00446)	Tej-, tojás-, kókuszmentes	T Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Kenőmáj allergénmentes	290,00	69,38	2,66	5,42	2,02	2,42	0,00	0,23	
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,13	0,00	0,58	1
			kigyóúbor	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	2,20	0,01	
			E Zöldborsó leves	299,84	70,22	3,37	2,64	0,30	8,54	0,04	1,53	9
			Bakonyi sertésragu, tej nélkül	425,87	101,88	12,12	4,50	1,50	3,11	0,00	0,11	1
			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:	3 973,90	949,18	27,71	30,67	5,34	132,08	37,41	2,90	

Heti étlap 2023.01.09. - 2023.01.13.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 eatrend Tízórai	(00750) Kímélő étrend (TTOMRFSZ) 4- 6	Rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Ásványvíz, szénsavmentes 0,l-es, Cukkini, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Körte			Ásványvíz, szénsavmentes 0,l-es, Sült hús krém, Diétás pékáru BL			Rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Ásványvíz, szénsavmentes 0,l-es, Növényi szendvicsskrém, Diétás pékáru BL, Salátalevél		
		Energia: 289.53 Kcal / 1,210.24 KJ			Energia: 268.30 Kcal / 1,121.49 KJ			Energia: 254.25 Kcal / 1,062.77 KJ			Energia: 289.53 Kcal / 1,210.24 KJ			Energia: 191.22 Kcal / 799.30 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.64 g	9.65 g	2.17 g	7.32 g	8.31 g	1.94 g	7.00 g	12.44 g	3.38 g	5.64 g	9.65 g	2.17 g	5.82 g	5.54 g	4.24 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
44.03 g	8.03 g	0.68 g	40.67 g	0.00 g	0.76 g	28.26 g	0.00 g	0.91 g	44.03 g	8.03 g	0.68 g	29.48 g	0.00 g	0.98 g		
1			1			1			1			1				
Ebéd	(00750) Kímélő étrend (TTOMRFSZ) 4- 6	Brokkoli krém lev., Pirított kenyérkocka, Zöldséges rizses csirke			Rántottleves, Pirított kenyérkocka, Fasírt , Burgonyafőzelék tejmentesen, Diétás pékáru BL ebédhez			Magyaros zellerleves, Növényi túró feltét, Növényi tejföl, Főtt tészta , Porcukor, Alma			Csontleves , Levesbetét, Főtt sertés, Tököfőzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			Sárgarépakrém leves, Pirított kenyérkocka, Sertésragu, Főtt tészta		
		Energia: 442.91 Kcal / 1,851.36 KJ			Energia: 500.08 Kcal / 2,090.33 KJ			Energia: 380.06 Kcal / 1,588.65 KJ			Energia: 434.30 Kcal / 1,815.37 KJ			Energia: 510.66 Kcal / 2,134.56 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		20.77 g	11.60 g	1.75 g	15.08 g	17.25 g	2.96 g	8.96 g	7.70 g	0.84 g	25.36 g	15.22 g	3.66 g	14.97 g	21.91 g	2.99 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
63.32 g	0.00 g	1.34 g	69.89 g	1.52 g	1.55 g	68.01 g	10.01 g	5.12 g	47.94 g	2.32 g	1.61 g	62.53 g	7.87 g	1.59 g		
1			1,9			1,9,(3)			1,9			1				
Uzsonna	(00750) Kímélő étrend (TTOMRFSZ) 4- 6	Padlizsánkrém házi, Diétás pékáru BL, Salátalevél			Növényi szendvicsskrém, Diétás pékáru BL			Magyaros margarinkrém, Diétás pékáru BL, Salátalevél			Növényi szendvicsskrém, Snidling, Diétás pékáru BL, Salátalevél			Diétás péksütemény		
		Energia: 195.41 Kcal / 816.81 KJ			Energia: 190.81 Kcal / 797.59 KJ			Energia: 273.43 Kcal / 1,142.94 KJ			Energia: 204.96 Kcal / 856.73 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.88 g	6.03 g	1.46 g	5.78 g	5.53 g	4.24 g	5.75 g	15.12 g	3.89 g	7.61 g	5.91 g	4.29 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.18 g	0.00 g	0.75 g	29.43 g	0.00 g	0.90 g	28.63 g	0.00 g	1.28 g	30.28 g	0.00 g	0.90 g	31.80 g	18.90 g	0.30 g		
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,10-mustár
8-diófélék
9-zeller
11-szszám
12-kéndioxid-szulfid


13-csillagfürt
14-puhatestűek
15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető

Heti étlap 2023.01.09. - 2023.01.13.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	802 Tejmentes 4-6 éves	Rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Szilvalekvár, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Körte			Herba tea CM, Kolbászkrem házi TM, Diétás pékáru BL			Rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Kenőmájás allergénmentes, Diétás pékáru BL, kigyóuborka		
		Energia: 289.53 Kcal / 1,210.24 KJ			Energia: 313.82 Kcal / 1,311.77 KJ			Energia: 304.77 Kcal / 1,273.94 KJ			Energia: 289.53 Kcal / 1,210.24 KJ			Energia: 269.89 Kcal / 1,128.14 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.64 g	9.65 g	2.17 g	5.95 g	7.91 g	1.94 g	6.47 g	12.28 g	3.20 g	5.64 g	9.65 g	2.17 g	8.62 g	6.19 g	2.36 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
44.03 g 8.03 g 0.68 g			54.16 g 17.48 g 0.69 g			41.75 g 13.39 g 0.85 g			44.03 g 8.03 g 0.68 g			44.62 g 17.79 g 0.82 g				
Ebéd	802 Tejmentes 4-6 éves	1			1,(12)			1			1			1		
		Brokkoli krém lev., Pirított kenyérkocka, Zöldséges rizses csirke			Tojásleves, Fasírt , Burgonyafőzelék tejmentesen, Diétás pékáru BL, ebédhez			Sárgaborsóleves, Növényi túró feltét, Növényi tejföl, Főtt tészta , Porcukor, Alma			Csontleves , Levesbetét, Főtt sertés, Paradicsomos káposzta, Diétás pékáru BL, ebédhez			Zöldborsó leves, Bakonyi sertésragu,tej nélkül, Főtt tészta		
		Energia: 434.97 Kcal / 1,818.17 KJ			Energia: 480.95 Kcal / 2,010.37 KJ			Energia: 415.70 Kcal / 1,737.63 KJ			Energia: 458.52 Kcal / 1,916.61 KJ			Energia: 412.96 Kcal / 1,726.17 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
21.22 g	11.35 g	1.62 g	14.54 g	18.70 g	3.26 g	12.25 g	6.13 g	0.78 g	26.61 g	14.23 g	3.56 g	23.78 g	9.85 g	2.06 g		
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
61.40 g 0.00 g 1.34 g			62.36 g 1.51 g 1.87 g			76.93 g 10.02 g 5.12 g			55.04 g 10.51 g 3.02 g			57.24 g 0.04 g 5.93 g				
Uzsonna	802 Tejmentes 4-6 éves	1			1,3			1,9,(3)			1,3,9			1,9,(3)		
		Pulykamell sonka , Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paprika			Növényi szendvicsszós, Diétás pékáru BL			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Sertés párizsi, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Jégcsapretek			Diétás péksütemény		
		Energia: 231.58 Kcal / 968.00 KJ			Energia: 190.81 Kcal / 797.59 KJ			Energia: 209.83 Kcal / 877.09 KJ			Energia: 251.01 Kcal / 1,049.22 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
9.22 g	8.35 g	2.12 g	5.78 g	5.53 g	4.24 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g	8.18 g	11.39 g	3.33 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g		
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
29.61 g 0.00 g 1.11 g			29.43 g 0.00 g 0.90 g			28.47 g 0.00 g 0.68 g			28.74 g 3.12 g 1.15 g			31.80 g 18.90 g 0.30 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 | |
- Quadro Byte Zrt Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

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

Heti étlap 2023.01.09. - 2023.01.13.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
eatrend	Tízórai	903 Tej,szója és olajosmag mentes 4-6 éves														
		Rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Szilvalekvár, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Körte			Herba tea CM, Kolbászkrem házi TM, Diétás pékáru BL			Rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Kenőmájas allergénmentes, Diétás pékáru BL, Kígyóborka		
		Energia: 289.53 Kcal / 1.210.24 KJ			Energia: 313.82 Kcal / 1.311.77 KJ			Energia: 304.77 Kcal / 1.273.94 KJ			Energia: 289.53 Kcal / 1.210.24 KJ			Energia: 269.89 Kcal / 1.128.14 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
5.64 g	9.65 g	2.17 g	5.95 g	7.91 g	1.94 g	6.47 g	12.28 g	3.20 g	5.64 g	9.65 g	2.17 g	8.62 g	6.19 g	2.36 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
44.03 g	8.03 g	0.68 g	54.16 g	17.48 g	0.69 g	41.75 g	13.39 g	0.85 g	44.03 g	8.03 g	0.68 g	44.62 g	17.79 g	0.82 g		
1			1,(12)			1			1			1				
Ebéd	903 Tej,szója és olajosmag mentes 4-6 éves	Brokkoli krém lev., Pirított kenyérfocoka, Zöldséges rizses csirke														
		Burgonyafőzelék, Tojásleves, Fasírt , Diétás pékáru BL, ebédhez			Sárgaborsóleves, Növényi túró feltét, Növényi tejföl, Főtt tészta , Porcukor, Alma			Csontleves , Levesbetét, Főtt sertés, Paradicsomos káposzta, Diétás pékáru BL, ebédhez			Zöldborsó leves, Bakonyi sertésragu,tejjel nélkül, Főtt tészta					
		Energia: 442.91 Kcal / 1.851.36 KJ			Energia: 372.35 Kcal / 1.556.42 KJ			Energia: 415.70 Kcal / 1.737.63 KJ			Energia: 458.52 Kcal / 1.916.61 KJ			Energia: 412.96 Kcal / 1.726.17 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
20.77 g	11.60 g	1.75 g	12.37 g	14.99 g	2.82 g	12.25 g	6.13 g	0.78 g	26.61 g	14.23 g	3.56 g	23.78 g	9.85 g	2.06 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
63.32 g	0.00 g	1.34 g	46.09 g	1.51 g	1.74 g	76.93 g	10.02 g	5.12 g	55.04 g	10.51 g	3.02 g	57.24 g	0.04 g	5.93 g		
1			1,3			1,9,(3)			1,3,9			1,9,(3)				
Uzsonna	903 Tej,szója és olajosmag mentes 4-6 éves	Pulykamell sonka , Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paprika														
		Növényi szendvicsskrém, Diétás pékáru BL			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Sertés párizsi, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Jégcsapretek			Diétás péksütemény					
		Energia: 231.58 Kcal / 968.00 KJ			Energia: 190.81 Kcal / 797.59 KJ			Energia: 209.83 Kcal / 877.09 KJ			Energia: 251.01 Kcal / 1.049.22 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1.131.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
9.22 g	8.35 g	2.12 g	5.78 g	5.53 g	4.24 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g	8.18 g	11.39 g	3.33 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g		
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
29.61 g	0.00 g	1.11 g	29.43 g	0.00 g	0.90 g	28.47 g	0.00 g	0.68 g	28.74 g	3.12 g	1.15 g	31.80 g	18.90 g	0.30 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,la | 10-mustár | 13-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

Heti étlap 2023.01.09. - 2023.01.13.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(00911) Tej,Tojás,C,OM,Sz,Ban, FokM 4-6	Rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea CM, Szilvalekvár, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Körte			Herba tea CM, Kolbászkrém házi TM, Diétás pékáru BL			Rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Kenőmájás, Herba tea CM, Diétás pékáru BL, kigyóborka		
		Energia: 289.53 Kcal / 1,210.24 KJ			Energia: 313.82 Kcal / 1,311.77 KJ			Energia: 304.77 Kcal / 1,273.94 KJ			Energia: 289.53 Kcal / 1,210.24 KJ			Energia: 235.20 Kcal / 983.14 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.64 g	9.65 g	2.17 g	5.95 g	7.91 g	1.94 g	6.47 g	12.28 g	3.20 g	5.64 g	9.65 g	2.17 g	7.29 g	3.48 g	1.35 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
44.03 g	8.03 g	0.68 g	54.16 g	17.48 g	0.69 g	41.75 g	13.39 g	0.85 g	44.03 g	8.03 g	0.68 g	43.41 g	17.79 g	0.70 g		
1		1,(12)			1			1			1					
Ebéd	(00911) Tej,Tojás,C,OM,Sz,Ban, FokM 4-6	Brokkoli krém lev., Pirított kenyérkocka, Zöldséges rizses csirke			Burgonyafőzelék, Rántottleves, Pirított kenyérkocka, Fasírt , Diétás pékáru BL, ebédhez			Sárgaborsóleves, Növényi túró feltét, Növényi tejföl, Főtt tészta, Porcukor, Alma			Levesbetét, Csontleves , Főtt sertés, Paradicsomos káposzta, Diétás pékáru BL, ebédhez			Zöldborsó leves, Bakonyi sertésragu,tej nélkül, Főtt tészta		
		Energia: 442.91 Kcal / 1,851.36 KJ			Energia: 391.48 Kcal / 1,636.39 KJ			Energia: 428.37 Kcal / 1,790.59 KJ			Energia: 462.41 Kcal / 1,932.87 KJ			Energia: 425.63 Kcal / 1,779.13 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		20.77 g	11.60 g	1.75 g	12.91 g	13.54 g	2.52 g	7.05 g	9.39 g	0.99 g	25.78 g	14.06 g	3.52 g	18.58 g	13.11 g	2.27 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
63.32 g	0.00 g	1.34 g	53.62 g	1.52 g	1.42 g	77.48 g	12.90 g	1.27 g	57.12 g	10.96 g	2.98 g	57.79 g	2.92 g	2.08 g		
1		1,9			1,9			1,9			1,9					
Uzsonna	(00911) Tej,Tojás,C,OM,Sz,Ban, FokM 4-6	Pulykamell sonka , Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paprika			Növényi szendvicsskrém, Diétás pékáru BL			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Sertés párizsi, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Jégcsapretek			Diétás péksütemény		
		Energia: 231.58 Kcal / 968.00 KJ			Energia: 190.81 Kcal / 797.59 KJ			Energia: 209.83 Kcal / 877.09 KJ			Energia: 251.01 Kcal / 1,049.22 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.22 g	8.35 g	2.12 g	5.78 g	5.53 g	4.24 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g	8.18 g	11.39 g	3.33 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.61 g	0.00 g	1.11 g	29.43 g	0.00 g	0.90 g	28.47 g	0.00 g	0.68 g	28.74 g	3.12 g	1.15 g	31.80 g	18.90 g	0.30 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-csillagfürt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető

Tételes étlap 2023.01.09 - 2023.01.15

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
1/9/2023	Laktóz (00911)	Tej, Tojás, C, OM, Sz, Ban, FokM 4	T Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	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 Brokkoli krém lev.	251,52	60,17	2,07	2,69	0,23	6,89	0,00	0,75	1
			Pirított kenyérfocoka	108,11	25,86	0,98	0,10	0,00	5,23	0,00	0,20	1
			Zöldseges rizses csirke	1 491,78	356,88	17,72	8,81	1,52	51,20	0,00	0,39	
			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
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
		Összesen:	4 029,67	964,02	35,63	29,60	6,04	136,96	8,03	3,13		
1/10/2023	Laktóz (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	
			Szilvalekvár	94,76	22,67	0,13	0,00	0,00	5,40	4,09	0,01	(12)
			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
			Körte	132,91	31,80	0,24	0,18	0,00	7,20	0,00	0,00	
			E Burgonyafőzelék	557,46	133,36	2,44	5,51	0,66	18,11	0,00	0,13	1
			Rántottleves	132,52	31,70	0,77	1,11	0,15	4,72	0,02	0,49	1,9
			Pirított kenyérfocoka	108,11	25,86	0,98	0,10	0,00	5,23	0,00	0,20	1
			Fasírt	406,02	97,14	8,12	6,67	1,69	1,05	0,00	0,58	
			Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
U 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			
		Összesen:	3 745,78	896,11	24,64	26,98	8,70	137,21	19,00	3,01		
1/11/2023	Laktóz (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	
			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 Sárgaborsóleves	401,22	95,99	4,08	3,27	0,56	12,51	0,03	1,06	1,9
			Növényi túró feltét	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Növényi tejföl	5,48	1,31	0,07	0,06	0,01	0,13	0,00	0,05	
			Főtt tészta	997,92	238,74	2,30	5,46	0,42	44,35	2,88	0,14	
			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 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:	3 941,61	942,97	19,10	29,75	6,13	147,70	26,29	2,80		
1/12/2023	Laktóz (00911)	Tej, Tojás, C, OM, Sz, Ban, FokM 4-6	T Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	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 Levesbetét	130,95	31,33	0,36	0,18	0,02	6,93	0,45	0,01	
			Csontleves	115,62	27,66	1,17	0,74	0,03	4,04	0,02	0,69	9
			Főtt sertés	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,80	
			Paradicsomos káposzta	588,31	140,74	2,65	4,89	0,56	21,24	8,99	1,46	1
			Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
			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:	4 192,41	1 002,95	39,60	35,10	9,02	129,89	22,11	4,81		
1/13/2023	Laktóz (00911)	Tej, Tojás, C, OM, Sz, Ban, F	T Kenőmájás	145,00	34,69	1,33	2,71	1,01	1,21	0,00	0,11	
			Herba tea CM	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58	1
			kígyóuborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	4,40	0,01	
			E Zöldborsó leves	362,97	85,01	4,16	3,15	0,35	10,33	0,04	1,83	9
			Bakonyi sertésragu, tej nélkül	425,87	101,88	12,12	4,50	1,50	3,11	0,00	0,11	1
			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:	3 901,86	931,63	27,37	28,49	4,52	133,00	39,61	3,08		