

11. hét



Óvodás, iskolás alap étlap

03.11. - 03.15.	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej Baracklevár Margarin Félbarna kenyér	Barackos tea Majonézes tonhalkrém Graham kenyér Kígyóuborka	Citromos tea Csirkemellsonka Margarin Korpás kenyér	Tej Gabonagolyó	Ünnepnap
Leves	Grízgaluska leves	Magyaros burgonyaleves	Jókai bableves Félbarna kenyér	Paradicsomleves Betűtészta	
Főétel	Bolognai spagetti Reszelt sajt szórat	Rántott párizsi Zöldborsófőzelék Félbarna kenyér	Tejbegríz Kakaó szórat Alma	Sajtos tejszínes csirkemell szelet Párolt rizs	
Felnőtt	Rizsfelfújt Erdei gyümölcs öntet	Lecsós csirkemáj Párolt rizs	Gombapaprikás Galuska Alma	Sertéspörkölt Tarhonya Céklasaláta	
Uzsonna	Toast felvágott Margarin Korpás zsemle Jégcsapretek	Helyben sült sajtos pogácsa Narancs	Kockasajt Kifli	Diákcsemege Margarin Korpás zsemle	

Eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783408-5-10
 Adószám: 26215833-4-13

Heti étlap 2024.03.11. - 2024.03.15.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Tej Barackleváros Félbarna kenyér Margarinnal	Barackos tea Majonézes tonhalkrém Graham kenyér Uborkával	Citromos tea Csirkemellsonkás Korpás kenyér Margarinnal	Tej Gabonagolyó	ÜNNEPNAP
		Energia: 298.45 Kcal / 1,247.52 KJ	Energia: 358.02 Kcal / 1,496.52 KJ	Energia: 249.80 Kcal / 1,044.16 KJ	Energia: 208.05 Kcal / 869.65 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	
		12.73 g 5.60 g 2.71 g	7.49 g 12.68 g 3.11 g	7.47 g 2.95 g 1.08 g	9.11 g 3.18 g 1.66 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
49.11 g 6.23 g 0.33 g	52.95 g 22.18 g 1.07 g	48.19 g 19.98 g 1.19 g	35.50 g 0.00 g 0.95 g			
	1,7,(12)	1,3,4,7,10	1,(7)	7,(1),(3),(5)		
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Grízgaluska leves Bolognai spagetti Reszelt sajttal	Magyaros burgonyaleves Zöldborsó főzelék Rántott párizsival Félbarna kenyérral	Jókai bableves Félbarna kenyérral Tejbegríz Kakaó szóráttal Alma	Paradicsomleves Sajtos-tejszínes csirkemell Párolt rizszel	
		Energia: 517.75 Kcal / 2,164.20 KJ	Energia: 452.21 Kcal / 1,890.24 KJ	Energia: 620.39 Kcal / 2,593.23 KJ	Energia: 556.34 Kcal / 2,325.50 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	
		23.01 g 19.20 g 7.01 g	17.77 g 15.88 g 0.68 g	21.77 g 13.64 g 4.62 g	30.27 g 18.98 g 3.97 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
62.71 g 1.54 g 6.20 g	58.68 g 12.00 g 3.09 g	101.59 g 34.49 g 1.49 g	65.86 g 3.00 g 3.74 g			
	1,3,7,9,(6),(12)	1,7,9,(3)	1,7,9	1,3,7,9		
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Toast felvágottas Korpás zsemle Margarinnal Jégcsapretekkel	Sajtos pogácsa Narancs	Kifli Kockasajttal	Diákcsemegés Korpás zsemle Margarinnal	
		Energia: 188.05 Kcal / 786.05 KJ	Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ	Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ	Energia: 182.92 Kcal / 764.61 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	
		9.44 g 3.79 g 1.53 g	2.46 g 13.10 g 3.58 g	7.94 g 6.53 g 3.82 g	6.22 g 4.87 g 1.94 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
29.11 g 3.12 g 0.80 g	13.48 g 0.00 g 0.79 g	23.30 g 0.00 g 1.11 g	28.53 g 0.00 g 0.89 g			
	1,(7)	1,3,7	1,7	1,(7)		

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

Allergén lista (kód-allergén)

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

Jó étvágyat kívánunk!
eatrend Danubia Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Csoportos adószám: 17783408-6-11-
Árjelszám: 26215833-4-13
Élelmézesvezető

Tételek étlap 2024.03.11. - 2024.03.17.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének					
3/11/2024	László (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves	T	Tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27 7			
			Baracklekvár	120,83	28,91	0,05	0,00	0,00	7,13	6,23	0,00	(12)			
			Margarin	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)			
			Félbarna kenyér	648,65	155,18	5,88	0,60	0,00	31,38	0,00	1,20	1			
			E	Daragaluska leves	287,99	67,99	2,68	0,80	0,16	12,60	0,01	0,76	1,3,9		
			Levesbetét	114,71	27,44	1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3			
			Bolognai szósz	636,32	152,23	7,84	10,71	2,08	5,87	1,50	0,33	(1),(3),(6),(7),(12)			
			Spagetti tészta	1 032,32	246,97	10,20	4,30	0,00	41,57	0,00	0,00	1,3			
			Reszelt sajt	298,70	71,46	4,99	5,49	3,07	0,44	0,00	0,41	7			
			U	Toast felvágott	130,96	31,33	4,52	1,42	0,49	0,08	0,00	0,22			
			Margarin	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)			
			Korpás zsemle	570,99	136,60	4,70	0,35	0,13	28,50	0,00	0,51	1			
			Jégcsapretek	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01				
			Összesen:	4 403,61	1 052,59	49,07	31,04	9,43	143,55	10,86	3,88				
3/12/2024	László (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves	T	Barackos tea	349,82	83,69	0,52	0,10	0,00	20,01	9,99	0,00			
			Tonhalkrém	468,09	111,98	0,71	11,96	3,59	0,20	0,00	0,02	3,4,7,10,(1)			
			Graham kenyér	668,81	160,00	6,06	0,60	0,00	32,40	0,00	1,03	1			
			Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01				
			E	Magyaros burgonyaleves	233,25	55,80	1,31	1,58	0,18	8,89	0,01	1,23	9		
			Rántott párizsi	568,92	136,10	4,80	12,46	0,05	0,12	0,00	1,50	1,3,6			
			Zöldborsó főzelék	779,00	182,72	8,72	1,54	0,36	33,98	5,99	0,36	1,7			
			Félbarna kenyér	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	1			
			U	Sajtos pogácsa	762,94	182,52	2,46	13,10	3,58	13,48	0,00	0,79	1,3,7		
			Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,00				
			Összesen:	4 338,09	1 034,16	28,32	41,86	7,76	133,61	15,99	5,54				
			3/13/2024	László (00442)	Eatrend 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
						Csirkeemlsonka	92,40	22,11	3,40	0,56	0,18	0,84	0,00	0,43	
						Margarin	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)
Korpás kenyér	539,48	129,06				3,94	0,36	0,00	27,36	0,00	0,70	1			
E	Jókai bableves	820,56				195,40	9,96	9,32	2,96	17,91	0,03	1,31	1,7,9		
Félbarna kenyér	324,32	77,59				2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	1			
Tejbedara	907,65	217,14				7,81	2,88	1,47	39,74	8,99	0,54	1,7			
Kakaó szórat	326,39	78,08				0,46	0,54	0,26	17,75	22,18	0,00				
Alma	87,25	20,87				0,24	0,24	0,00	4,20	0,00	0,01				
U	Kockasajt	314,79				75,31	4,18	6,25	3,72	0,50	0,00	0,70	7		
Kifli	456,79	109,28				3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)			
Összesen:	4 281,90	1 023,47				36,82	22,76	9,59	166,78	43,19	4,76				
3/14/2024	László (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves				T	Tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27 7
						Gabonagolyó	463,93	110,99	2,31	0,18	0,02	24,90	0,00	0,46	(1),(3),(5),(7)
			E	Paradicsomleves	253,33	60,61	1,83	0,55	0,06	11,98	3,00	0,60	1,9		
			Levesbetét	114,71	27,44	1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3			
			Sajtos-tejszínes mártás	377,45	88,48	2,80	6,87	0,00	4,20	0,00	0,00	1,7			
			Natur csirkemell	580,87	138,96	20,05	5,48	0,74	2,20	0,00	1,63	1			
			Párolt rizs	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,10	42,63	0,00	0,30				
			U	Diákcsemege	121,30	29,02	1,52	2,52	0,91	0,03	0,00	0,32			
			Margarin	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)			
			Korpás zsemle	570,99	136,60	4,70	0,35	0,13	28,50	0,00	0,51	1			
			Összesen:	3 967,37	947,31	45,60	27,03	4,55	129,89	3,00	4,20				