

12. hét




Óvodás, iskolás alap étlap

3.18. - 03.2	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej Fatörzskifli	Csipkebogyó tea Sült húskrém Rozskenyér Kígyóuborka	Kakaó Kifli	Almás-fahéjas tea Sajt szelet Margarin Félbarna kenyér Paprika	Citromos tea Tavaszi felvágott Margarin Félbarna kenyér Paprika
Leves	Vegyes gyümölcsleves	Kukoricagaluska leves	Alföldi gulyásleves Félbarna kenyér	Sütőtök krémleves Levesgyöngy	Tárkonyos zöldségleves
Főétel	Budapest ragu Párolt rizs	Székelykáposzta Tejföl feltét Félbarna kenyér	Grízes tészta Baracklevár Porcukor Alma	Sült csirkecomb Petrezselymes burgonya Céklasaláta	Spenótos-csirkés rakott tészta
Uzsonna	Soproni felvágott Margarin Korpás kenyér Jégcsapretek	Helyben sült meggyes párna	Baromfi párizsi Margarin Korpás kenyér	Kenőmájas Zsemle	Poharas puding Korpás kifli Narancs

Eatrend Danubia Kft.

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

Heti étlap 2024.03.18 - 2024.03.22

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Tej Fatörzs kifli			Csipkebogyós tea Sült húskrémes Rozskenyér Uborkával			Kakaó Kifli			Almás-fahéjas tea Margarinos Sajt szeletes Félbarna kenyér Paprikával			Citromos tea Tavaszi felvágottas Margarinos Félbarna kenyér Paprikával		
		Energia: 363.03 Kcal / 1,517.47 KJ			Energia: 304.50 Kcal / 1,272.81 KJ			Energia: 249.62 Kcal / 1,043.41 KJ			Energia: 362.19 Kcal / 1,513.95 KJ			Energia: 294.43 Kcal / 1,230.72 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		13.80 g	9.25 g	4.20 g	8.77 g	7.22 g	7.24 g	10.75 g	3.50 g	1.86 g	11.75 g	8.06 g	4.46 g	8.32 g	5.61 g	2.18 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
55.72 g	10.75 g	0.89 g	50.67 g	22.19 g	0.94 g	43.50 g	9.99 g	0.68 g	60.32 g	27.98 g	0.46 g	52.44 g	19.98 g	0.43 g		
1,3,7			1,7,10,(12)			1,7			1,7			1,(7)				
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Gyümölcsleves Budapest sertésragu Párolt rizssel			Kukoricagaluska leves Székelykáposzta Félbarna kenyérral			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Grízes tészta Baracklevárral Porcukorral Alma			Sütötök krémleves Levesgyönggyel Sült csirkecomb Petrezselymes burgonyával Céklasalátával			Tárkonyos zöldségleves Spenótos-csirkés rakott tészta		
		Energia: 531.42 Kcal / 2,221.34 KJ			Energia: 483.53 Kcal / 2,021.16 KJ			Energia: 545.41 Kcal / 2,279.81 KJ			Energia: 622.05 Kcal / 2,600.17 KJ			Energia: 462.55 Kcal / 1,933.46 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		16.54 g	20.77 g	5.10 g	18.00 g	30.02 g	12.30 g	18.60 g	9.79 g	1.67 g	37.34 g	21.74 g	4.79 g	30.21 g	15.70 g	5.79 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
70.72 g	12.99 g	1.15 g	34.99 g	0.01 g	2.17 g	94.74 g	16.22 g	10.58 g	68.67 g	8.58 g	4.22 g	49.78 g	0.01 g	1.88 g		
1,7			1,3,7,9,(12)			1,(3),(12)			1,3,7,15,(10),(12)			1,7,9,(3)				
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Soproni felvágottas Margarinos Korpás kenyér Jégcsapretekkel			Meggyes táska			Baromfi párizsis Margarinos Korpás kenyér			Kenőmájas Zsemle			Poharas puding Korpás kifli Narancs		
		Energia: 216.14 Kcal / 903.47 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 189.00 Kcal / 790.02 KJ			Energia: 205.98 Kcal / 861.00 KJ			Energia: 126.03 Kcal / 526.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		6.90 g	8.54 g	3.20 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	6.32 g	6.00 g	2.28 g	7.36 g	5.77 g	2.15 g	5.34 g	0.77 g	0.07 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27.95 g	3.12 g	1.61 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g	27.40 g	0.00 g	1.22 g	30.92 g	0.00 g	0.28 g	24.28 g	0.00 g	0.56 g		
1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,(6),(7),(10)			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-tejtermék,laktóz	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!
eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirózsa, Pesti út 65.
 Csomortán adószám: 17783408-5-1-
 26215833-4-13
 Élelmézszer

Tételek étlap 2024.03.18. - 2024.03.24.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
3/18/2024	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	
			Fatörzs kifli	1 111,75	265,97	7,00	6,25	2,57	45,12	10,75	0,62	1,3,7	
			E	Vegyes gyümölcsleves	460,59	101,49	1,25	1,34	0,88	22,77	12,99	0,27	1,7
			Budapest sertésragu	790,37	189,08	10,89	13,70	3,32	5,32	0,00	0,82	1	
			Párolt rizs	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,10	42,63	0,00	0,30		
			U	Soproni felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84	
			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	
			Jégcsapretek	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01		
			Összesen:	4 678,67	1 110,59	37,24	38,56	11,70	154,39	26,86	3,89		
3/19/2024	László (00442)	Eattrend 3-as Óvoda 4-6 éves	T	Csipkebogyós tea	341,04	81,59	0,16	0,03	0,00	20,00	13,99	0,00	
			Sült húskrém	276,31	66,10	2,35	6,09	2,57	0,39	0,00	0,23	7,(10),(12)	
			Rozskenyér	645,62	154,46	6,06	1,08	4,52	29,94	0,00	0,70	1	
			Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
			E	Kukoricagaluska leves	251,54	58,96	1,54	2,83	0,36	7,01	0,01	1,07	3,9
			Levesbetét	114,71	27,44	1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3	
			Tejföl	267,54	64,01	1,40	5,50	1,85	2,15	0,00	0,04	7	
			Székelykáposzta	1 182,80	282,97	12,12	21,39	3,48	10,14	0,00	0,74	1,7,(12)	
			Félbarna kenyér	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	1	
			U	Meggyes táská	1 426,17	341,19	3,78	18,27	4,87	39,98	18,16	0,67	1,7,(3),(6),(12)
Összesen:	4 839,88	1 156,66	31,74	55,86	17,71	130,49	32,16	4,11					
3/20/2024	László (00442)	Eattrend 3-as Óvoda 4-6 éves	T	Kakaó	586,63	140,34	6,99	3,22	1,76	20,70	9,99	0,27 7	
			Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
			E	Álföldi gulyásleves	477,11	114,14	7,24	6,44	1,68	6,55	0,00	0,77	
			Félbarna kenyér	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	1	
			Grízteszta	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	Baromfi párizsi	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46	
			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				
Összesen:	4 234,12	1 012,93	35,72	19,29	6,08	172,77	41,79	13,16					
3/21/2024	László (00442)	Eattrend 3-as Óvoda 4-6 éves	T	Almás-fahéjas tea	481,74	115,25	0,39	0,08	0,00	28,00	9,99	0,00	
			Sajt szelet	294,84	70,54	5,24	5,32	3,38	0,34	0,00	0,40	7	
			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	
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
			E	Sütőtökrémleves	475,15	113,67	1,92	2,99	0,56	19,72	5,00	0,53	1,7,9
			Levesgyöngy	210,50	50,36	0,81	2,64	1,37	5,64	0,26	0,09	1,3,7	
			Sült csirkecomb	826,44	197,71	29,36	8,28	1,61	1,36	0,12	1,27	(10)	
			Petrezselymes burgonya	1 001,39	235,93	4,76	7,81	0,68	36,59	0,00	0,61		
			Céklasaláta	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49	15,(12)	
U	Kenőmájás	290,00	69,38	2,66	5,42	2,02	2,42	0,00	0,22	(1),(6),(7),(10)			
Zsemle	570,99	136,60	4,70	0,35	0,13	28,50	0,00	0,51	1				
Összesen:	4 994,54	1 191,24	56,48	35,59	10,65	160,11	18,57	5,38					
3/22/2024	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	
			Tavaszi felvágott	153,39	36,70	2,07	2,92	1,10	0,47	0,00	0,37		
			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	
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
			E	Tárkonyos zöldségleves	204,17	47,75	2,27	0,78	0,02	8,09	0,01	0,37	1,7,9
			Spenótos csirkés rakott tészta	1 733,85	414,80	27,94	14,92	0,00	41,69	0,00	0,00	1,7,(3)	
			U	Zott Szívecske Pud. vaníliás önt.	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Korpás kifli	526,81	126,03	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	1,(7)	
			Narancs	103,87	24,85	0,36	0,12	0,00	5,10	0,00	0,00		
Összesen:	3 799,39	907,86	44,23	22,20	2,09	131,60	12,00	2,56					