


Heti étlap 2024.03.18 - 2024.03.22

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b>  Tízórai	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Rizstej, Mini méz, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea citromlé nélkül, Sült húskrém, Diétás pékáru BL, kigyóuborka			Kakaó rizstejből, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea citromlé nélkül, Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paprika			Herba tea citromlé nélkül, Olasz felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paprika		
		Energia: 354.96 Kcal / 1,483.73 KJ			Energia: 312.75 Kcal / 1,307.30 KJ			Energia: 346.48 Kcal / 1,448.29 KJ			Energia: 267.55 Kcal / 1,118.36 KJ			Energia: 330.23 Kcal / 1,380.36 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.72 g	9.65 g	2.17 g	7.40 g	12.48 g	3.68 g	5.83 g	9.86 g	2.31 g	5.82 g	8.14 g	1.94 g	8.56 g	13.95 g	4.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
60.23 g	24.23 g	0.18 g	42.33 g	17.79 g	0.34 g	57.52 g	21.42 g	0.18 g	42.46 g	13.39 g	0.18 g	42.22 g	13.39 g	1.02 g		
1		1		1		1		1		1		1		1		
Ebéd	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Vegyes gyümölcsleves, Budapest ragu, Párolt rizs			Kukoricagaluska leves, Székelykáposzta, Diétás pékáru BL, ebédhez			Alföldi gulyásleves, Grízes tészta, Baracklekvár, Porcukor, Diétás pékáru BL, ebédhez, Alma			Sütőtökrémleves, Pírtott kenyérkocka, Sült csirkecomb, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta			Tárkonyos zöldségleves, Spenótos csirkés rakott tészta		
		Energia: 460.55 Kcal / 1,925.10 KJ			Energia: 299.01 Kcal / 1,249.86 KJ			Energia: 703.67 Kcal / 2,941.34 KJ			Energia: 582.73 Kcal / 2,435.81 KJ			Energia: 342.48 Kcal / 1,431.57 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		16.67 g	13.80 g	2.38 g	15.87 g	8.41 g	2.10 g	23.93 g	15.15 g	2.77 g	32.58 g	21.27 g	3.28 g	21.78 g	8.20 g	1.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
68.84 g	11.49 g	1.39 g	39.56 g	1.51 g	1.98 g	115.99 g	17.00 g	11.12 g	64.70 g	8.42 g	3.71 g	45.09 g	1.61 g	2.09 g		
1,3,9,(12)		1,3,(12)		1,15,(12)		1,(3)		1,(3)		1,(3)		1,(3)		1,(3)		
Uzsonna	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Soproni felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Jégcsapretek			Diétás péksütemény			Sertés párizsi, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Kenőmájás allergénmentes, Diétás pékáru BL			Vaníliás puding rizstejjel, Diétás pékáru BL		
		Energia: 275.33 Kcal / 1,150.88 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ			Energia: 248.19 Kcal / 1,037.43 KJ			Energia: 211.39 Kcal / 883.61 KJ			Energia: 158.86 Kcal / 664.03 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.54 g	13.91 g	4.24 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g	7.96 g	11.37 g	3.32 g	8.22 g	6.15 g	2.06 g	5.58 g	0.91 g	0.06 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.76 g	3.12 g	1.03 g	31.80 g	18.90 g	0.30 g	28.21 g	0.00 g	0.64 g	30.55 g	0.00 g	0.31 g	31.84 g	1.80 g	0.08 g		
1		1		1		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

Kód magyarázat: 800 diéta főköd ; 802 diétás korcsoportoskód

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-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

**Jó étvágyat kívánunk!**  
**eatrend Danubia Kft.**  
 2730 Albertfalva, Pesti út 65.  
 Csoportos adószám: 17783403-5-11-  
 .....  
 Adószám: 26245833-4-13  
 3  
 Élelmezésvetítő

## Tételes étlap 2024.03.18. - 2024.03.24.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének				
3/18/2024	készség (05302)	Tej és rozslisztmentes 4-6	T Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	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	0,08	1			
			E Vegyes gyümölcsleves	346,90	74,30	0,46	0,20	0,02	19,55	11,49	0,25				
			Budapest ragu	608,28	145,40	11,81	7,87	1,70	6,66	0,00	0,84				
			Párolt rizs	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,66	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				
			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	0,08	1			
			Jégcsapretek	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01				
			Összesen:	4 596,61	1 090,84	30,93	37,36	8,79	157,83	38,84	2,60				
3/19/2024	készség (05302)	Tej és rozslisztmentes 4-6	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00				
			Sült húskrém	469,14	112,24	1,44	11,71	3,34	0,13	0,00	0,25				
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1			
			kígyóborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	4,40	0,01				
			E Kukoricagaluska leves	251,54	58,96	1,54	2,83	0,36	7,01	0,01	1,08	3,9			
			Székelykáposzta	571,14	136,63	13,73	5,43	1,72	8,04	0,00	0,88	1,(12)			
			Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02				
			U Diétás péksütemény	1 131,94	270,80	1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30				
			Összesen:	3 694,22	882,56	24,77	32,79	6,68	113,69	38,20	2,62				
			3/20/2024	készség (05302)	Tej és rozslisztmentes 4-6	T Kakaó riztejből	589,08	140,93	0,25	2,13	0,37	29,35	21,42	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	0,08	1
E Alföldi gulyásleves	911,00	217,94				14,54	11,59	2,49	13,37	0,00	1,20				
Baracklekvár	109,63	26,23				0,06	0,00	0,00	6,44	5,51	0,00	(12)			
Porcukor	167,83	40,15				0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00				
Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42				0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02				
Alma	218,12	52,18				0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02				
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	0,08	1			
Összesen:	5 427,14	1 298,34				37,72	36,38	8,40	201,72	38,42	11,94				
3/21/2024	készség (05302)	Tej és rozslisztmentes 4-6	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00				
			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	0,08	1			
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00				
			E Sütőtökrémleves	388,51	92,95	1,21	2,41	0,18	16,57	5,22	0,16	1			
			Pirított kenyérkocka	108,11	25,86	0,98	0,10	0,03	5,23	0,00	0,00	1			
			Sült csirkecomb	846,81	202,59	25,11	10,91	2,18	0,75	0,00	1,27				
			Petrezselymes burgonya	1 001,39	235,93	4,76	7,81	0,89	36,59	0,00	1,79				
			Céklasaláta	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49	15,(12)			
			U Kenőmájás 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	0,04	28,13	0,00	0,08	1			
Összesen:	4 452,94	1 061,67	46,62	35,56	7,28	137,71	21,81	4,20							
3/22/2024	készség (05302)	Tej és rozslisztmentes 4-6	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00				
			Olasz 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	0,08	1			
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00				
			E Tárkonyos zöldségleves	78,92	17,97	0,92	0,14	0,02	3,46	0,01	1,06				
			Spenótos csirkés rakott tészta	1 356,45	324,51	20,86	8,06	1,18	41,63	1,60	1,03	1,(3)			
			U 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	0,08	1			
			Összesen:	3 479,80	831,57	35,92	23,06	5,49	119,15	16,80	3,19				
			3/23/2024	készség (05302)	Tej és	T Herba tea citromlé nélkül	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	
Diétás pékáru BL	593,61	142,01				5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1			
E Bakonyi betyárgulyás	581,21	139,05				5,73	10,01	2,79	6,31	0,01	1,15				
Tejberizs rizstejjel	1 035,44	247,72				3,24	1,70	0,22	54,01	16,61	0,29				
U Diétás péksütemény	1 131,94	270,80				1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30				
Összesen:	3 771,07	902,18				16,25	29,14	8,15	134,94	48,91	2,14				
3/24/2024	készség (05302)	Tej és rozslisztmentes 4-6				T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
						Mátrai diáksemege	66,95	16,02	2,12	0,82	0,29	0,02	0,00	0,33	
						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	0,08	1
						E Erőleves	292,08	69,88	1,33	5,61	0,62	3,56	0,01	2,52	
			Levesbetét	114,71	27,44	1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3			
			Sült hurka	1 049,48	251,07	17,49	14,60	4,83	12,12	0,00	2,71				
			Sült kolbász	2 397,84	573,64	27,24	51,33	18,00	0,36	0,00	3,36				
			Hagymás tört burgonya	758,11	181,37	4,63	1,30	0,15	36,88	0,00	2,48				
			U Vaníliás növényi túrókrém	34,05	8,15	0,02	0,20	0,00	1,56	1,51	0,00				
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1			
			Összesen:	6 390,94	1 528,93	65,16	82,67	25,93	129,04	14,91	11,71				

Heti étlap 2024.03.18 - 2024.03.22

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek																																
 <b>Tízórai</b>	<b>5312</b> Tej,OM,cm,szój,ban,marha 4-6 éves	Rizstej, Mini méz, Liga margarin , Diétás pékáru BL									Herba tea citromlé nélkül, Sült húskrém, Diétás pékáru BL, kigyóuborka									Kakaó riztejből, Liga margarin , Diétás pékáru BL									Herba tea citromlé nélkül, Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paprika									Herba tea citromlé nélkül, Olasz felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paprika								
		Energia: 354.96 Kcal / 1,483.73 KJ									Energia: 312.75 Kcal / 1,307.30 KJ									Energia: 346.48 Kcal / 1,448.29 KJ									Energia: 267.55 Kcal / 1,118.36 KJ									Energia: 330.23 Kcal / 1,380.36 KJ								
		Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv											
		5.72 g			9.65 g			2.17 g			7.40 g			12.48 g			3.68 g			5.83 g			9.86 g			2.31 g			5.82 g			8.14 g			1.94 g			8.56 g			13.95 g			4.23 g		
		Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só		
60.23 g			24.23 g			0.18 g			42.33 g			17.79 g			0.34 g			57.52 g			21.42 g			0.18 g			42.46 g			13.39 g			0.18 g			42.22 g			13.39 g			1.02 g				
1		1			1			1			1			1			1			1			1			1			1			1			1			1								
<b>Ebéd</b>	<b>5312</b> Tej,OM,cm,szój,ban,marha 4-6 éves	Vegyes gyümölcsleves, Budapest ragu, Párolt rizs									Kukoricagaluska leves, Székelykáposzta, Diétás pékáru BL, ebédhez									Alföldi gulyásleves, Grízes tészta, Baracklekvár, Porcukor, Diétás pékáru BL, ebédhez, Alma									Sütőtökrémleves, Pírtott kenyérkocka, Sült csirkecomb, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta									Tárkonyos zöldségleves, Spenótos csirkés rakott tészta								
		Energia: 460.55 Kcal / 1,925.10 KJ									Energia: 299.01 Kcal / 1,249.86 KJ									Energia: 703.67 Kcal / 2,941.34 KJ									Energia: 582.73 Kcal / 2,435.81 KJ									Energia: 342.48 Kcal / 1,431.57 KJ								
		Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv		
		16.67 g			13.80 g			2.38 g			15.87 g			8.41 g			2.10 g			23.93 g			15.15 g			2.77 g			32.58 g			21.27 g			3.28 g			21.78 g			8.20 g			1.20 g		
		Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só		
68.84 g			11.49 g			1.39 g			39.56 g			1.51 g			1.98 g			115.99 g			17.00 g			11.12 g			64.70 g			8.42 g			3.71 g			45.09 g			1.61 g			2.09 g				
1		1,3,9,(12)			1,3,(12)			1,3,(12)			1,15,(12)			1,(3)			1			1			1			1			1			1			1			1								
<b>Uzsonna</b>	<b>5312</b> Tej,OM,cm,szój,ban,marha 4-6 éves	Soproni felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Jégcsapretek									Diétás péksütemény									Sertés párizsi, Liga margarin , Diétás pékáru BL									Kenőmájás allergénmentes, Diétás pékáru BL									Vaníliás puding rizstejtel, Diétás pékáru BL								
		Energia: 275.33 Kcal / 1,150.88 KJ									Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ									Energia: 248.19 Kcal / 1,037.43 KJ									Energia: 211.39 Kcal / 883.61 KJ									Energia: 158.86 Kcal / 664.03 KJ								
		Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv			Fehérje			Zsír			T.Zsírsv		
		8.54 g			13.91 g			4.24 g			1.50 g			11.90 g			0.90 g			7.96 g			11.37 g			3.32 g			8.22 g			6.15 g			2.06 g			5.58 g			0.91 g			0.06 g		
		Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só			Szénhidrát			Cukor			Só		
28.76 g			3.12 g			1.03 g			31.80 g			18.90 g			0.30 g			28.21 g			0.00 g			0.64 g			30.55 g			0.00 g			0.31 g			31.84 g			1.80 g			0.08 g				
1		1			1			1			1			1			1			1			1			1			1			1			1			1			1					

Az étlanváltoztatás 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-csillagfürt             | 16-édesgyökér |
| 2-rák    | 5-földimogyoró | 8-diófélék         | 11-szezámm           | 14-puhatestűek             |               |
| 3-tojás  | 6-szója        | 9-zeller           | 12-kéndioxid-szulfít | 15-mesterséges édesítőszer |               |

**Jó étvágyat kívánunk!**  
**eatrend Danubia Kft.**  
 2730 Albertfalva, Pesti út 65.  
 Csoportos adószám: 17783403-5-13  
 Adószám: 26215833-4-13  
**Élelmiszervetető**

## 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 (05312)	Tej,OM,cm,szój,ban,marha 4-6	T Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	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	0,08	1
			E Vegyes gyümölcsleves	346,90	74,30	0,46	0,20	1,02	19,55	11,49	0,25	
			Budapest ragu	608,28	145,40	11,81	7,87	1,70	6,66	0,00	0,84	
			Párolt rizs	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,66	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	
			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	0,08	1
			Jégcsapretek	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01	
			Összesen:	4 596,61	1 090,84	30,93	37,36	8,79	157,83	38,84	2,60	
			3/19/2024	László (05312)	Tej,OM,cm,szój,ban,marh	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39
Sült húskrém	469,14	112,24				1,44	11,71	3,34	0,13	0,00	0,25	
Diétás pékáru BL	593,61	142,01				5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1
Kigyóuborka	19,66	4,70				0,40	0,04	0,30	0,68	4,40	0,01	
E Kukoricagaluska leves	251,54	58,96				1,54	2,83	0,36	7,01	0,01	1,08	3,9
Székelykáposzta	571,14	136,63				13,73	5,43	1,72	8,04	0,00	0,88	1,(12)
Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42				0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
U Diétás péksütemény	1 131,94	270,80				1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30	
Összesen:	3 694,22	882,56				24,77	32,79	6,68	113,69	38,20	2,62	
3/20/2024	Szabó (05312)	Tej,OM,cm,szój,ban,marha 4-6				T Kakaó rizstejből	589,08	140,93	0,25	2,13	0,37	29,35
			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	0,08	1
			E Alföldi gulyásleves	911,00	217,94	14,54	11,59	2,49	13,37	0,00	1,20	
			Grízes tészta	1 102,49	263,75	8,13	2,81	0,26	51,18	0,00	9,88	1,(3)
			Baracklevár	109,63	26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	5,51	0,00	(12)
			Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00	
			Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	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	0,08	1
			Összesen:	5 427,14	1 298,34	37,72	36,38	8,40	201,72	38,42	11,94	
3/21/2024	Németi (05312)	Tej,OM,cm,szój,ban,marha 4-6	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			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	0,08	1
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
			E Sütőtökrémleves	388,51	92,95	1,21	2,41	0,18	16,57	5,22	0,16	1
			Pirított kenyérkocka	108,11	25,86	0,98	0,10	0,03	5,23	0,00	0,00	1
			Sült csirkecomb	846,81	202,59	25,11	10,91	2,18	0,75	0,00	1,27	
			Petrezselymes burgonya	1 001,39	235,93	4,76	7,81	0,89	36,59	0,00	1,79	
			Céklasaláta	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49	15,(12)
			U Kenőmájás 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	0,04	28,13	0,00	0,08	1
			Összesen:	4 452,94	1 061,67	46,62	35,56	7,28	137,71	21,81	4,20	
3/22/2024	Németi (05312)	Tej,OM,cm,szój,ban,marha	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Olasz 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	0,08	1
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
			E Tárkonyos zöldségleves	78,92	17,97	0,92	0,14	0,02	3,46	0,01	1,06	
			Spenótos csirkés rakott tészta	1 356,45	324,51	20,86	8,06	1,18	41,63	1,60	1,03	1,(3)
			U 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	0,08	1
			Összesen:	3 479,80	831,57	35,92	23,06	5,49	119,15	16,80	3,19	

Heti étlap 2024.03.18 - 2024.03.22

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>(05552)</b> <b>Kímélő:TMTO,bors,kuk,méz,tart4-6</b>	Rizstej, Álom sonka, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Almalé, Sült húskrém, Diétás pékáru BL, Salátalevél			Rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Almalé, Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Salátalevél			Almalé, Olasz felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Salátalevél		
		Energia: 311.64 Kcal / 1,302.66 KJ			Energia: 371.60 Kcal / 1,553.29 KJ			Energia: 289.53 Kcal / 1,210.24 KJ			Energia: 327.18 Kcal / 1,367.61 KJ			Energia: 389.86 Kcal / 1,629.61 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.04 g	10.21 g	2.35 g	7.18 g	12.45 g	3.38 g	5.64 g	9.65 g	2.17 g	5.76 g	8.09 g	1.94 g	8.50 g	13.90 g	4.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
44.87 g	8.03 g	0.61 g	56.31 g	0.00 g	0.34 g	44.03 g	8.03 g	0.18 g	56.52 g	0.00 g	0.19 g	56.28 g	0.00 g	1.03 g		
1		1			1			1			1			1		
<b>Ebéd</b>	<b>(05552)</b> <b>Kímélő:TMTO,bors,kuk,méz,tart4-6</b>	Vegyes gyümölcsleves, Sertés aprósült, Párolt rizs			Zöldségleves, Levesbetét, Sertés aprósült, Sárgarépafozelék, Diétás pékáru BL, ebédhez			Alföldi gulyásleves, Grízes tészta, Porcukor, Diétás pékáru BL, ebédhez, Alma			Sütőtökrémleves, Pírtott kenyérfocoka, Sült csirkecomb, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta			Tárkonyos zöldségleves, Spenótos csirkés rakott tészta		
		Energia: 418.46 Kcal / 1,749.16 KJ			Energia: 425.64 Kcal / 1,779.18 KJ			Energia: 654.56 Kcal / 2,736.06 KJ			Energia: 550.70 Kcal / 2,301.93 KJ			Energia: 338.34 Kcal / 1,414.26 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.46 g	12.31 g	2.43 g	14.52 g	16.04 g	2.99 g	14.64 g	12.92 g	1.86 g	32.40 g	21.25 g	3.27 g	17.79 g	8.56 g	1.26 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
62.93 g	11.49 g	1.15 g	54.97 g	8.09 g	2.64 g	117.71 g	14.31 g	0.77 g	56.95 g	0.30 g	3.71 g	46.72 g	3.89 g	2.09 g		
1		1			1			1,15			1			1		
<b>Uzsonna</b>	<b>(05552)</b> <b>Kímélő:TMTO,bors,kuk,méz,tart4-6</b>	Soproni felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Salátalevél			Diétás péksütemény			Sertés párizsi, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Kenőmájás allergénmentes, Diétás pékáru BL			Vanília puding rizstejjel, Diétás pékáru BL		
		Energia: 272.92 Kcal / 1,140.81 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ			Energia: 248.19 Kcal / 1,037.43 KJ			Energia: 211.39 Kcal / 883.61 KJ			Energia: 158.86 Kcal / 664.03 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.36 g	13.90 g	4.23 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g	7.96 g	11.37 g	3.32 g	8.22 g	6.15 g	2.06 g	5.58 g	0.91 g	0.06 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.28 g	0.00 g	1.02 g	31.80 g	18.90 g	0.30 g	28.21 g	0.00 g	0.64 g	30.55 g	0.00 g	0.31 g	31.84 g	1.80 g	0.08 g		
1		1			1			1			1			1		

Az étlanváltoztatás igazát 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.  
 Csoportos adószám: 17783403-5-1-1-11  
 Adószám: 26215894-1-13  
 3  
**Élelmézsvezető**

## 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 (05552)	Kímélő: TMTO, bors, kuk, méz, tart4-	T Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00				
			Álom 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	0,08	1			
			E Vegyes gyümölcsleves	346,90	74,30	0,46	0,20	0,02	19,55	11,49	0,25				
			Sertés aprósült	431,81	103,31	10,60	6,38	1,75	0,75	0,00	0,60				
			Párolt rizs	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,66	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				
			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	0,08	1			
			Salátalevél	1,73	0,41	0,04	0,01	0,00	0,05	0,00	0,00				
			Összesen:	4 228,97	1 003,02	32,86	36,42	9,01	136,08	19,52	2,78				
			3/19/2024	László (05552)	Kímélő: TMTO, bors, kuk, méz, tart4-	T Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01	
						Sült húskrém	469,14	112,24	1,44	11,71	3,34	0,13	0,00	0,25	
Diétás pékáru BL	593,61	142,01				5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1			
Salátalevél	1,73	0,41				0,04	0,01	0,00	0,05	0,00	0,00				
E Zöldségleves	235,46	54,81				0,74	4,74	0,61	2,59	0,00	1,04				
Levesbetét	87,30	20,89				0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01				
Sertés aprósült	431,81	103,31				10,60	6,38	1,75	0,75	0,00	0,60				
Sárgarépa-főzelék	598,59	143,21				2,34	4,65	0,60	22,50	6,29	0,97				
Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42				0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02				
U Diétás péksütemény	1 131,94	270,80				1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30				
Összesen:	4 470,70	1 068,04				23,20	40,39	7,27	143,08	26,99	3,28				
3/20/2024	Szabó (05552)	Kímélő: TMTO, bors, kuk, méz, tart4-				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	0,08	1
			E Alföldi gulyásleves	676,92	161,94	9,24	6,37	1,41	16,47	0,25	0,62				
			Grízes tészta	1 240,91	296,87	4,20	5,80	0,43	56,24	2,57	0,11	1			
			Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00				
			Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02				
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	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	0,08	1			
			Összesen:	4 983,81	1 192,28	28,24	33,94	7,35	189,95	22,34	1,59				
			3/21/2024	Szabó (05552)	Kímélő: TMTO, bors, kuk, méz, tart4-6	T Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01	
						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	0,08	1			
Salátalevél	1,73	0,41				0,04	0,01	0,00	0,05	0,00	0,00				
E Sütőtökrémleves	308,54	73,82				1,03	2,39	0,17	12,02	0,30	0,16	15			
Pirított kenyérkocka	108,11	25,86				0,98	0,10	0,03	5,23	0,00	0,00	1			
Sült csirkecomb	846,81	202,59				25,11	10,91	2,18	0,75	0,00	1,27				
Petrezselymes burgonya	1 001,39	235,93				4,76	7,81	0,89	36,59	0,00	1,79				
Céklasaláta	52,24	12,50				0,52	0,04	0,00	2,36	0,00	0,49				
U Kenőmájás 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	0,04	28,13	0,00	0,08	1			
Összesen:	4 568,34	1 089,27				46,38	35,49	7,27	144,02	0,30	4,21				
3/22/2024	Szabó (05552)	Kímélő: TMTO, bors, kuk, méz,				T Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01	
			Olasz 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	0,08	1			
			Salátalevél	1,73	0,41	0,04	0,01	0,00	0,05	0,00	0,00				
			E Tárkonyos zöldségleves	78,92	17,97	0,92	0,14	0,02	3,46	0,01	1,06				
			Spenótos csirkés rakott tészta	1 339,15	320,37	16,87	8,42	1,24	43,26	3,88	1,03				
			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	0,08	1			
			Összesen:	3 711,78	887,06	31,87	23,37	5,55	134,84	5,69	3,20				

Heti étlap 2024.03.18 - 2024.03.22

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b>  <b>Tízórai</b>	<b>5572</b> Tej,tojás,rozsmment es <b>4-6 éves</b>	Rizstej, Mini méz, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea citromlé nélkül, Sült húskrém, Diétás pékáru BL, kígyóborka			Kakaó riztejből, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea citromlé nélkül, Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paprika			Herba tea citromlé nélkül, Olasz felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paprika		
		Energia: 354.96 Kcal / 1,483.73 KJ			Energia: 312.75 Kcal / 1,307.30 KJ			Energia: 346.48 Kcal / 1,448.29 KJ			Energia: 267.55 Kcal / 1,118.36 KJ			Energia: 330.23 Kcal / 1,380.36 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.72 g	9.65 g	2.17 g	7.40 g	12.48 g	3.68 g	5.83 g	9.86 g	2.31 g	5.82 g	8.14 g	1.94 g	8.56 g	13.95 g	4.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
60.23 g	24.23 g	0.18 g	42.33 g	17.79 g	0.34 g	57.52 g	21.42 g	0.18 g	42.46 g	13.39 g	0.18 g	42.22 g	13.39 g	1.02 g		
1		1		1		1		1		1		1		1		
<b>Ebéd</b>	<b>5572</b> Tej,tojás,rozsmment es <b>4-6 éves</b>	Vegyes gyümölcsleves, Budapest ragu, Párolt rizs			Kukoricagaluska leves, Székelykáposzta, Diétás pékáru BL, ebédhez			Alföldi gulyásleves, Grízes tészta, Baracklekvár, Porcukor, Diétás pékáru BL, ebédhez, Alma			Sütőtökrémleves, Pírtott kenyérfocsi, Sült csirkecomb, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta			Tárkonyos zöldségleves, Spenótos csirkés rakott tészta		
		Energia: 460.55 Kcal / 1,925.10 KJ			Energia: 282.62 Kcal / 1,181.35 KJ			Energia: 736.79 Kcal / 3,079.78 KJ			Energia: 582.73 Kcal / 2,435.81 KJ			Energia: 338.32 Kcal / 1,414.18 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		16.67 g	13.80 g	2.38 g	15.30 g	7.67 g	1.99 g	20.00 g	18.14 g	2.94 g	32.58 g	21.27 g	3.28 g	17.90 g	8.43 g	1.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
68.84 g	11.49 g	1.39 g	37.67 g	1.50 g	1.95 g	121.05 g	19.57 g	1.35 g	64.70 g	8.42 g	3.71 g	46.91 g	3.89 g	2.09 g		
1		1,(12)		1,(12)		1,(12)		1,(12)		1		1		1		
<b>Uzsonna</b>	<b>5572</b> Tej,tojás,rozsmment es <b>4-6 éves</b>	Soproni felvágott, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Jégcsapretek			Diétás péksütemény			Sertés párizsi, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Kenőmájás allergénmentes, Diétás pékáru BL			Vaníliás puding rizstejjel, Diétás pékáru BL		
		Energia: 275.33 Kcal / 1,150.88 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ			Energia: 248.19 Kcal / 1,037.43 KJ			Energia: 211.39 Kcal / 883.61 KJ			Energia: 158.86 Kcal / 664.03 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.54 g	13.91 g	4.24 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g	7.96 g	11.37 g	3.32 g	8.22 g	6.15 g	2.06 g	5.58 g	0.91 g	0.06 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.76 g	3.12 g	1.03 g	31.80 g	18.90 g	0.30 g	28.21 g	0.00 g	0.64 g	30.55 g	0.00 g	0.31 g	31.84 g	1.80 g	0.08 g		
1		1		1		1		1		1		1		1		

Az étlapváltoztatás írásban 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!**  
**eatrend Danubia Kft.**  
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Csoporthoz adószám: 17783409-5-11-  
 Adószám: 26216839-4-13  
**Élelmezésvezető**

## 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 (05572)	Tej,tojás,rozsmentes4-6	T Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	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	0,08	1
			E Vegyes gyümölcsleves	346,90	74,30	0,46	0,20	0,02	19,55	11,49	0,25	
			Budapest ragu	608,28	145,40	11,81	7,87	1,70	6,66	0,00	0,84	
			Párolt rizs	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,66	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	
			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	0,08	1
			Jégcsapretek	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01	
			Összesen:	4 596,61	1 090,84	30,93	37,36	8,79	157,83	38,84	2,60	
			3/19/2024	László (05572)	Tej,tojás,rozsmentes4-6	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39
Sült húskrém	469,14	112,24				1,44	11,71	3,34	0,13	0,00	0,25	
Diétás pékáru BL	593,61	142,01				5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1
Kigyóborka	19,66	4,70				0,40	0,04	0,30	0,68	4,40	0,01	
E Kukoricagaluska leves	181,72	42,57				0,97	2,09	0,25	5,12	0,00	1,05	
Székelykáposzta	571,14	136,63				13,73	5,43	1,72	8,04	0,00	0,88	1,(12)
Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42				0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
U Diétás péksütemény	1 131,94	270,80				1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30	
Összesen:	3 624,40	866,17				24,20	32,05	6,57	111,80	38,19	2,59	
3/20/2024	Szabó (05572)	Tej,tojás,rozsmentes4-6				T Kakaó riztejből	589,08	140,93	0,25	2,13	0,37	29,35
			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	0,08	1
			E Alföldi gulyásleves	911,00	217,94	14,54	11,59	2,49	13,37	0,00	1,20	
			Grízes tészta	1 240,91	296,87	4,20	5,80	0,43	56,24	2,57	0,11	1
			Baracklevár	109,63	26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	5,51	0,00	(12)
			Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00	
			Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	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	0,08	1
			Összesen:	5 565,56	1 331,46	33,79	39,37	8,57	206,78	40,99	2,17	
3/21/2024	Németi (05572)	Tej,tojás,rozsmentes4-6	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			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	0,08	1
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
			E Sütőtökrémleves	388,51	92,95	1,21	2,41	0,18	16,57	5,22	0,16	1
			Pirított kenyérkocka	108,11	25,86	0,98	0,10	0,03	5,23	0,00	0,00	1
			Sült csirkecomb	846,81	202,59	25,11	10,91	2,18	0,75	0,00	1,27	
			Petrezselymes burgonya	1 001,39	235,93	4,76	7,81	0,89	36,59	0,00	1,79	
			Céklasaláta	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49	15,(12)
			U Kenőmájás 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	0,04	28,13	0,00	0,08	1
			Összesen:	4 452,94	1 061,67	46,62	35,56	7,28	137,71	21,81	4,20	
3/22/2024	Németi (05572)	Tej,tojás,rozsmentes4-6	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Olasz 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	0,08	1
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
			E Tárkonyos zöldségleves	78,92	17,97	0,92	0,14	0,02	3,46	0,01	1,06	
			Spenótos csirkés rakott tészta	1 339,08	320,35	16,98	8,29	1,21	43,45	3,88	1,03	1
			U 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	0,08	1
			Összesen:	3 462,43	827,41	32,04	23,29	5,52	120,97	19,08	3,19	



Heti étlap 2024.03.18 - 2024.03.22

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b> Tízórai	5802 GM,TM,OM,hal, méz 4-6 éves	Rizstej, Mini méz, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea citromlé nélkül, Sült húskrém, Gluténmentes pékáru, kigyóborka			Karamellás rizstej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea citromlé nélkül, Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paprika			Herba tea citromlé nélkül, Olasz felvágott, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paprika		
		Energia: 358.95 Kcal / 1,500.41 KJ			Energia: 316.74 Kcal / 1,323.97 KJ			Energia: 360.77 Kcal / 1,508.02 KJ			Energia: 271.54 Kcal / 1,135.04 KJ			Energia: 334.22 Kcal / 1,397.04 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		3.80 g	9.92 g	2.33 g	5.48 g	12.75 g	3.84 g	3.72 g	9.92 g	2.33 g	3.90 g	8.41 g	2.10 g	6.64 g	14.22 g	4.39 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
59.60 g 24.63 g 0.45 g			41.70 g 18.19 g 0.61 g			60.14 g 25.16 g 0.45 g			41.83 g 13.79 g 0.45 g			41.59 g 13.79 g 1.29 g				
Ebéd	5802 GM,TM,OM,hal, méz 4-6 éves	Vegyes gyümölcsleves, Budapest ragu, Párolt rizs			Kukoricagaluska leves, Székelykáposzta, GM pékáru, ebédhez			Alföldi gulyásleves, Kukoricadarás tészta, Baracklekvár, Porcukor, GM pékáru, ebédhez, Alma			Sütőtökrémleves, Kölesgolyó, Sült csirkecomb, Petrezselymes burgonya, Céklaaláta			Tárkonyos zöldségleves, Spenótos csirkés rakott tészta		
		Energia: 460.57 Kcal / 1,925.18 KJ			Energia: 301.21 Kcal / 1,259.06 KJ			Energia: 738.37 Kcal / 3,086.39 KJ			Energia: 578.24 Kcal / 2,417.04 KJ			Energia: 338.34 Kcal / 1,414.26 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		16.59 g	13.72 g	2.31 g	15.97 g	7.89 g	2.00 g	20.04 g	18.62 g	3.02 g	32.20 g	21.33 g	3.28 g	17.79 g	8.56 g	1.26 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
69.11 g 11.49 g 1.38 g			41.16 g 1.51 g 2.21 g			120.32 g 19.57 g 1.35 g			64.56 g 8.46 g 3.71 g			46.72 g 3.89 g 2.09 g				
			9,(12)			(12)			15,(12)							
Uzsonna	5802 GM,TM,OM,hal, méz 4-6 éves	Soproni felvágott, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Jégcsapretek			Diétás péksütemény			Sertés párizsi, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Kenőmájas allergénmentes, Gluténmentes pékáru			Vaníliás puding rizstejjel, Gluténmentes pékáru		
		Energia: 279.32 Kcal / 1,167.56 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ			Energia: 252.18 Kcal / 1,054.11 KJ			Energia: 215.38 Kcal / 900.29 KJ			Energia: 162.85 Kcal / 680.71 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.62 g	14.18 g	4.40 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g	6.04 g	11.64 g	3.48 g	6.30 g	6.42 g	2.22 g	3.66 g	1.18 g	0.22 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
28.13 g 3.52 g 1.30 g			31.80 g 18.90 g 0.30 g			27.58 g 0.40 g 0.91 g			29.92 g 0.40 g 0.58 g			31.21 g 2.20 g 0.35 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,la | 10-mustár             | 13-csillagfürt             | 16-édesgyökér |
| 2-rák    | 5-földimogyoró | 8-diófélék     | 11-szezám             | 14-puhatestűek             |               |
| 3-tojás  | 6-szója        | 9-zeller       | 12-kéndioxid-szulfitt | 15-mesterséges édesítőszer |               |

**Jó étvágyat kívánunk!**  
**eatrend Danubia Kft.**  
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Cégjegyzékszám: 17783409-5-11  
 Adószám: 252-16893-4-13  
**Élelmészvezető**

## 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 (05802)	GM, TM, OM, hal, citr 4-6	T Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	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	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			E Vegyes gyümölcsleves	346,90	74,30	0,46	0,20	0,02	19,55	11,49	0,25	
			Budapest ragu	608,37	145,42	11,73	7,79	1,63	6,93	0,00	0,83	
			Párolt rizs	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,66	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	
			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	0,35	
			Jégcsapretek	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01	
			Összesen:	4 630,04	1 098,84	27,01	37,82	9,04	156,84	39,64	3,13	
			3/19/2024	László (05802)	GM, TM, OM, hal, citr 4-6	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39
Sült húskrém	469,14	112,24				1,44	11,71	3,34	0,13	0,00	0,25	
Gluténmentes pékáru	610,28	146,00				3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
kigyóuborka	19,66	4,70				0,40	0,04	0,30	0,68	4,40	0,01	
E Kukoricagaluska leves	209,39	49,19				1,33	2,42	0,28	5,71	0,01	1,06	9
Székelykáposzta	621,14	148,60				14,04	5,32	1,70	10,94	0,00	1,13	(12)
GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42				0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
U Diétás péksütemény	1 131,94	270,80				1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30	
Összesen:	3 718,74	888,75				22,95	32,54	6,74	114,66	38,60	3,12	
3/20/2024	Szabó (05802)	GM, TM, OM, hal, citr 4-6				T Karamellás rizstej	632,16	151,23	0,06	1,92	0,23	32,60
			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	0,35	
			E Alföldi gulyásleves	911,00	217,94	14,54	11,59	2,49	13,37	0,00	1,20	
			Kukoricadarás tészta	1 247,52	298,45	4,24	6,28	0,51	55,51	2,57	0,11	
			Baracklevár	109,63	26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	5,51	0,00	(12)
			Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00	
			GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	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	
Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35				
Összesen:	5 648,59	1 351,32	29,80	40,18	8,83	208,04	45,13	2,71				
3/21/2024	Németi (05802)	GM, TM, OM, hal, citr 4-6	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			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	0,35	
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
			E Sütőtökrémleves	388,97	93,06	1,03	2,37	0,17	16,86	5,22	0,16	
			Kölesgolyó	88,86	21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,04	0,00	
			Sült csirkecomb	846,81	202,59	25,11	10,91	2,18	0,75	0,00	1,27	
			Petrezselymes burgonya	1 001,39	235,93	4,76	7,81	0,89	36,59	0,00	1,79	
			Céklasaláta	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49	15,(12)
			U Kenőmájás allergénmentes	290,00	69,38	2,66	5,42	2,02	2,42	0,00	0,23	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			Összesen:	4 467,49	1 065,16	42,40	36,16	7,60	136,31	22,65	4,74	
3/22/2024	Németi (05802)	GM, TM, OM, hal, citr 4-6	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Olasz 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	0,35	
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
			E Tárkonyos zöldségleves	78,92	17,97	0,92	0,14	0,02	3,46	0,01	1,06	
			Spenótos csirkés rakott tészta	1 339,15	320,37	16,87	8,42	1,24	43,26	3,88	1,03	
			U 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	0,35	
			Összesen:	3 495,84	835,41	28,09	23,96	5,87	119,52	19,88	3,73	

Heti étlap 2024.03.18 - 2024.03.22

 Tízórai		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		(05902) Gluténmentes4-6		Tej, Mini méz, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea citromlé nélkül, Sült húskrém, Gluténmentes pékáru, kigyóuborka			Karamellás tej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea citromlé nélkül, Sajt szelet, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paprika			Herba tea citromlé nélkül, Olasz felvágott, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paprika
Energia: 372.03 Kcal / 1,555.09 KJ				Energia: 316.74 Kcal / 1,323.97 KJ			Energia: 374.34 Kcal / 1,564.74 KJ			Energia: 337.80 Kcal / 1,412.00 KJ			Energia: 334.22 Kcal / 1,397.04 KJ			
Fehérje	Zsír			T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
10.54 g	11.00 g			3.73 g	5.48 g	12.75 g	3.84 g	10.49 g	11.02 g	3.73 g	9.14 g	13.38 g	5.48 g	6.64 g	14.22 g	4.39 g
Szénhidrát	Cukor			Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54.34 g	16.60 g	0.72 g	41.70 g	18.19 g	0.61 g	54.93 g	17.14 g	0.72 g	41.87 g	13.79 g	0.85 g	41.59 g	13.79 g	1.29 g		
7		7			7			7			7					
Ebéd		Vegyes gyümölcsleves, Budapest ragu, Párolt rizs			Kukoricagaluska leves, Székelykáposzta, GM pékáru, ebédhez			Alföldi gulyásleves, Kukoricadarás tészta, Baracklekvár, Porcukor, GM pékáru, ebédhez, Alma			Sütőtökrémleves, Kölesgolyó, Sült csirkecomb, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta			Tárkonyos zöldségleves, Spenótos csirkés rakott tészta		
		Energia: 501.60 Kcal / 2,096.69 KJ			Energia: 301.21 Kcal / 1,259.06 KJ			Energia: 738.37 Kcal / 3,086.39 KJ			Energia: 583.82 Kcal / 2,440.37 KJ			Energia: 345.32 Kcal / 1,443.44 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.54 g	16.57 g	3.97 g	15.97 g	7.89 g	2.00 g	20.04 g	18.62 g	3.02 g	32.48 g	21.85 g	3.60 g	18.33 g	8.58 g	1.26 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
71.96 g	12.99 g	1.42 g	41.16 g	1.51 g	2.21 g	120.32 g	19.57 g	1.35 g	64.53 g	8.24 g	3.72 g	47.81 g	3.89 g	2.09 g		
7		9,(12)			(12)			7,15,(12)			9					
Uzsonna		Soproni felvágott, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Jégcsapretek			Diétás péksütemény			Sertés párizsi, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Kenőmájas allergénmentes, Gluténmentes pékáru			Vaníliás puding, Gluténmentes pékáru		
		Energia: 279.32 Kcal / 1,167.56 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ			Energia: 252.18 Kcal / 1,054.11 KJ			Energia: 215.38 Kcal / 900.29 KJ			Energia: 303.75 Kcal / 1,269.68 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.62 g	14.18 g	4.40 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g	6.04 g	11.64 g	3.48 g	6.30 g	6.42 g	2.22 g	8.11 g	6.28 g	3.11 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.13 g	3.52 g	1.30 g	31.80 g	18.90 g	0.30 g	27.58 g	0.40 g	0.91 g	29.92 g	0.40 g	0.58 g	50.42 g	18.58 g	0.45 g		

Az étlanváltatás 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,1a 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!**  
**eatrend Danubia Kft.**  
2730 Albertfalva, Pesti út 65.  
Családok adószám: 17783408-6-11-  
Adószám: 26215633-4-13  
**Élelmiszervezető**

## Tételes étlap 2024.03.18. - 2024.03.24.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
3/18/2024	László (05902)	Gluténmentes4-6	T Tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	7	
			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		
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35		
			E Vegyes gyümölcsleves	518,44	115,33	1,41	3,05	1,68	22,40	12,99	0,29	7	
			Budapest ragu	608,37	145,42	11,73	7,79	1,63	6,93	0,00	0,83		
			Párolt rizs	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,66	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		
			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	0,35		
			Jégcsapretek	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01		
			Összesen:	4 856,26	1 152,95	34,70	41,75	12,10	154,43	33,11	3,44		
			3/19/2024	László (05902)	Gluténmentes4-6	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39
Sült húskrém	469,14	112,24				1,44	11,71	3,34	0,13	0,00	0,25		
Gluténmentes pékáru	610,28	146,00				3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35		
kigyóuborka	19,66	4,70				0,40	0,04	0,30	0,68	4,40	0,01		
E Kukoricagaluska leves	209,39	49,19				1,33	2,42	0,28	5,71	0,01	1,06	9	
Székelykáposzta	621,14	148,60				14,04	5,32	1,70	10,94	0,00	1,13	(12)	
GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42				0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02		
U Diétás péksütemény	1 131,94	270,80				1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30		
Összesen:	3 718,74	888,75				22,95	32,54	6,74	114,66	38,60	3,12		
3/20/2024	Szabó (05902)	Gluténmentes4-6				T Karamellás tej	688,87	164,80	6,83	3,02	1,63	27,39	16,74
			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	0,35		
			E Alföldi gulyásleves	911,00	217,94	14,54	11,59	2,49	13,37	0,00	1,20		
			Kukoricadarás tészta	1 247,52	298,45	4,24	6,28	0,51	55,51	2,57	0,11		
			Baracklevár	109,63	26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	5,51	0,00	(12)	
			Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00		
			GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02		
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	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		
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35		
			Összesen:	5 705,30	1 364,89	36,57	41,28	10,23	202,83	37,11	2,98		
3/21/2024	Németi (05902)	Gluténmentes4-6	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00		
			Sajt szelet	294,84	70,54	5,24	5,32	3,38	0,34	0,00	0,40	7	
			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	0,35		
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
			E Sütőtökrémleves	412,29	98,64	1,31	2,89	0,49	16,83	5,00	0,17	7	
			Kölesgolyó	88,86	21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,04	0,00		
			Sült csirkecomb	846,81	202,59	25,11	10,91	2,18	0,75	0,00	1,27		
			Petrezselymes burgonya	1 001,39	235,93	4,76	7,81	0,89	36,59	0,00	1,79		
			Céklasaláta	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49	15,(12)	
			U Kenőmájás allergénmentes	290,00	69,38	2,66	5,42	2,02	2,42	0,00	0,23		
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35		
			Összesen:	4 767,78	1 137,00	47,92	41,65	11,30	136,32	22,43	5,15		
3/22/2024	Németi (05902)	Gluténmentes4-6	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00		
			Olasz 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	0,35		
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
			E Tárkonyos zöldségleves	108,10	24,95	1,46	0,16	0,02	4,55	0,01	1,06	9	
			Spenótos csirkés rakott tészta	1 339,15	320,37	16,87	8,42	1,24	43,26	3,88	1,03		
			U Vaníliás puding	659,40	157,75	4,47	5,28	2,91	22,92	18,18	0,10		
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35		
			Összesen:	4 113,98	983,29	33,08	29,08	8,76	139,82	36,26	3,83		

Heti étlap 2024.03.18 - 2024.03.22

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>(06002)</b> <b>Glutén,tej,tojás,c</b> <b>m,OM,szója4-6</b>	Rizstej, Mini méz, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea citromlé nélkül, Sült húskrém, Gluténmentes pékáru, kigyóuborka			Karamellás rizstej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea citromlé nélkül, Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paprika			Herba tea citromlé nélkül, Olasz felvágott, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paprika		
		Energia: 358.95 Kcal / 1,500.41 KJ			Energia: 316.74 Kcal / 1,323.97 KJ			Energia: 360.77 Kcal / 1,508.02 KJ			Energia: 271.54 Kcal / 1,135.04 KJ			Energia: 334.22 Kcal / 1,397.04 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.80 g	9.92 g	2.33 g	5.48 g	12.75 g	3.84 g	3.72 g	9.92 g	2.33 g	3.90 g	8.41 g	2.10 g	6.64 g	14.22 g	4.39 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
59.60 g 24.63 g 0.45 g			41.70 g 18.19 g 0.61 g			60.14 g 25.16 g 0.45 g			41.83 g 13.79 g 0.45 g			41.59 g 13.79 g 1.29 g				
<b>Ebéd</b>	<b>(06002)</b> <b>Glutén,tej,tojás,c</b> <b>m,OM,szója4-6</b>	Vegyes gyümölcsleves, Budapest ragu, Párolt rizs			Kukoricagaluska leves, Székelykáposzta, GM pékáru, ebédhez			Alföldi gulyásleves, Kukoricadarás tészta, Baracklekvár, Porcukor, GM pékáru, ebédhez, Alma			Sütőtökrémleves, Kölesgolyó, Sült csirkecomb, Petrezselymes burgonya, Céklaaláta			Tárkonyos zöldségleves, Spenótos csirkés rakott tészta		
		Energia: 460.57 Kcal / 1,925.18 KJ			Energia: 301.21 Kcal / 1,259.06 KJ			Energia: 738.37 Kcal / 3,086.39 KJ			Energia: 578.24 Kcal / 2,417.04 KJ			Energia: 338.34 Kcal / 1,414.26 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		16.59 g	13.72 g	2.31 g	15.97 g	7.89 g	2.00 g	20.04 g	18.62 g	3.02 g	32.20 g	21.33 g	3.28 g	17.79 g	8.56 g	1.26 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
69.11 g 11.49 g 1.38 g			41.16 g 1.51 g 2.21 g			120.32 g 19.57 g 1.35 g			64.56 g 8.46 g 3.71 g			46.72 g 3.89 g 2.09 g				
			9,(12)			(12)			15,(12)							
<b>Uzsonna</b>	<b>(06002)</b> <b>Glutén,tej,tojás,c</b> <b>m,OM,szója4-6</b>	Soproni felvágott, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Jégcsapretek			Diétás péksütemény			Sertés párizsi, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Kenőmájás allergénmentes, Gluténmentes pékáru			Vanília puding rizstejjel, Gluténmentes pékáru		
		Energia: 279.32 Kcal / 1,167.56 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ			Energia: 252.18 Kcal / 1,054.11 KJ			Energia: 215.38 Kcal / 900.29 KJ			Energia: 162.85 Kcal / 680.71 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.62 g	14.18 g	4.40 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g	6.04 g	11.64 g	3.48 g	6.30 g	6.42 g	2.22 g	3.66 g	1.18 g	0.22 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
28.13 g 3.52 g 1.30 g			31.80 g 18.90 g 0.30 g			27.58 g 0.40 g 0.91 g			29.92 g 0.40 g 0.58 g			31.21 g 2.20 g 0.35 g				

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,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!**  
**eatrend Danubia Kft.**  
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Csemporlas adószám: 17783403-5-10  
 Törzsszám: 262158334-13  
**Élelmezésvezető**

## 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 (06002)	Glutén, tej, tojás, cm, OM, szója4-6	T Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	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	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			E Vegyes gyümölcsleves	346,90	74,30	0,46	0,20	0,02	19,55	11,49	0,25	
			Budapest ragu	608,37	145,42	11,73	7,79	1,63	6,93	0,00	0,83	
			Párolt rizs	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,66	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	
			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	0,35	
			Jégcsapretek	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01	
			Összesen:	4 630,04	1 098,84	27,01	37,82	9,04	156,84	39,64	3,13	
			3/19/2024	László (06002)	Glutén, tej, tojás, cm, OM, sz	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39
Sült húskrém	469,14	112,24				1,44	11,71	3,34	0,13	0,00	0,25	
Gluténmentes pékáru	610,28	146,00				3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
Kigyóuborka	19,66	4,70				0,40	0,04	0,30	0,68	4,40	0,01	
E Kukoricagaluska leves	209,39	49,19				1,33	2,42	0,28	5,71	0,01	1,06	9
Székelykáposzta	621,14	148,60				14,04	5,32	1,70	10,94	0,00	1,13	(12)
GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42				0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
U Diétás péksütemény	1 131,94	270,80				1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30	
Összesen:	3 718,74	888,75				22,95	32,54	6,74	114,66	38,60	3,12	
3/20/2024	László (06002)	Glutén, tej, tojás, cm, OM, szója4-6				T Karamellás rizstej	632,16	151,23	0,06	1,92	0,23	32,60
			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	0,35	
			E Alföldi gulyásleves	911,00	217,94	14,54	11,59	2,49	13,37	0,00	1,20	
			Kukoricadarás tészta	1 247,52	298,45	4,24	6,28	0,51	55,51	2,57	0,11	
			Baracklevár	109,63	26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	5,51	0,00	(12)
			Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00	
			GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	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	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			Összesen:	5 648,59	1 351,32	29,80	40,18	8,83	208,04	45,13	2,71	
3/21/2024	László (06002)	Glutén, tej, tojás, cm, OM, szója4-6	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			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	0,35	
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
			E Sütőtökrémleves	388,97	93,06	1,03	2,37	0,17	16,86	5,22	0,16	
			Kölesgolyó	88,86	21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,04	0,00	
			Sült csirkecomb	846,81	202,59	25,11	10,91	2,18	0,75	0,00	1,27	
			Petrezselymes burgonya	1 001,39	235,93	4,76	7,81	0,89	36,59	0,00	1,79	
			Cékasaláta	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49	15,(12)
			U Kenőmájás allergénmentes	290,00	69,38	2,66	5,42	2,02	2,42	0,00	0,23	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			Összesen:	4 467,49	1 065,16	42,40	36,16	7,60	136,31	22,65	4,74	
3/22/2024	László (06002)	Glutén, tej, tojás, cm, OM, szója	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Olasz 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	0,35	
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
			E Tárkonyos zöldségleves	78,92	17,97	0,92	0,14	0,02	3,46	0,01	1,06	
			Spenótos csirkés rakott tészta	1 339,15	320,37	16,87	8,42	1,24	43,26	3,88	1,03	
			U 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	0,35	
			Összesen:	3 495,84	835,41	28,09	23,96	5,87	119,52	19,88	3,73	

Heti étlap 2024.03.18 - 2024.03.22

eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(06361) Diab. 5-35-5 g CH T-E-U	Herba tea édesítőszerrel, Csirkemellsonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB			Herba tea édesítőszerrel, Sült húskrém, Diétás pékáru BL DIAB , kígyóborka			Herba tea édesítőszerrel, Hegyi sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB			Herba tea édesítőszerrel, Sajt szelet, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB , paprika			Herba tea édesítőszerrel, Olasz felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB , paprika		
		Energia: 172.62 Kcal / 721.55 KJ			Energia: 252.59 Kcal / 1,055.83 KJ			Energia: 194.72 Kcal / 813.93 KJ			Energia: 299.42 Kcal / 1,251.58 KJ			Energia: 292.27 Kcal / 1,221.69 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		4.26 g	14.67 g	4.00 g	4.10 g	23.57 g	6.99 g	7.66 g	15.23 g	4.18 g	11.82 g	24.87 g	10.58 g	6.82 g	26.55 g	8.39 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
5.13 g	0.04 g	0.64 g	5.15 g	4.44 g	0.52 g	5.97 g	0.04 g	1.06 g	6.17 g	0.04 g	1.01 g	5.61 g	0.04 g	1.89 g		
1,15			1,15			1,15			1,7,15			1,15				
Ebéd	(06361) Diab. 5-35-5 g CH T-E-U	Vegyes gyümölcsleves, Budapest ragu, Párolt barna rizs			Zöldségleves, Székelykáposzta, Diétás pékáru BL, ebédhez			Alföldi gulyásleves, Reszelt sajt sajtos tésztához, Tejföl, Cornito főtt tészta, Alma			Zellerkrémleves, Kölesgolyó, Sült csirkecomb, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta			Tárkonyos zöldségleves, Spenótos csirkés rakott tészta		
		Energia: 329.46 Kcal / 1,377.14 KJ			Energia: 408.93 Kcal / 1,709.33 KJ			Energia: 503.63 Kcal / 2,105.17 KJ			Energia: 486.31 Kcal / 2,032.78 KJ			Energia: 374.45 Kcal / 1,565.20 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		16.27 g	12.90 g	2.45 g	14.67 g	23.74 g	6.76 g	27.01 g	27.17 g	12.04 g	34.84 g	22.26 g	3.55 g	18.76 g	17.67 g	4.12 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
36.14 g	0.00 g	1.62 g	33.82 g	1.22 g	2.26 g	36.50 g	1.00 g	1.20 g	36.54 g	4.83 g	3.16 g	34.96 g	0.02 g	2.24 g		
15			1,7,9,(12)			7			9,15,(12)			1,7,9,(3)				
Uzsonna	(06361) Diab. 5-35-5 g CH T-E-U	Soproni felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB , Jégcsapretek			Diétás péksütemény			Sertés párizsi, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB			Kenőmájás allergénmentes, Diétás pékáru BL DIAB			Vaníliás puding diabRIZSTEJ, Diétás pékáru BL DIAB		
		Energia: 287.49 Kcal / 1,201.71 KJ			Energia: 48.74 Kcal / 203.73 KJ			Energia: 238.42 Kcal / 996.60 KJ			Energia: 76.33 Kcal / 319.06 KJ			Energia: 28.65 Kcal / 119.76 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		6.78 g	26.47 g	8.40 g	0.27 g	2.14 g	0.16 g	5.82 g	21.42 g	6.56 g	2.95 g	4.44 g	1.63 g	0.73 g	0.24 g	0.03 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
5.38 g	6.24 g	1.91 g	5.72 g	3.40 g	0.05 g	5.32 g	0.00 g	1.13 g	6.06 g	0.00 g	0.19 g	5.81 g	0.60 g	0.01 g		
1						1			1			1,15				

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-csillagfűrt             | 16-édesgyökér |
| 2-rák    | 5-földimogyoró | 8-diófélék         | 11-szezámm           | 14-puhatestűek             |               |
| 3-tojás  | 6-szója        | 9-zeller           | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer |               |

Jó étvágyat kívánunk!

**eatrend Danubia Kft.**  
2730 Albertfalva, Pesti út 65.  
Cseppos adószám: 47783403-5-1-1  
Adószám: 26215833-4-13  
Élelmiszervezető

## Tételes 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 (06361)	Diab. 5-35-5 g CH T-E-U	T Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15				
			Csirkemellsonka	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,00	0,43				
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			Diétás pékáru BL DIAB	87,06	20,83	0,82	0,11	0,01	4,13	0,00	0,01	1				
			E Vegyes gyümölcsleves	150,37	35,97	0,41	0,16	0,02	7,66	0,00	0,07	15				
			Budapest ragu	729,94	174,48	14,17	9,44	2,04	7,99	0,00	1,00					
			Párolt barna rizs	497,46	119,01	1,69	3,30	0,39	20,49	0,00	0,55					
			U Soproni felvágott	559,78	133,92	5,48	12,32	4,58	0,12	0,00	1,68					
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			Diétás pékáru BL DIAB	87,06	20,83	0,82	0,11	0,01	4,13	0,00	0,01	1				
			Jégcsapretek	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	6,24	0,02					
			Összesen:	3 300,93	789,57	27,31	54,04	14,85	46,65	6,28	4,17					
			3/19/2024	László (06361)	Diab. 5-35-5 g CH T-E-U	T Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15	
Sült húskrém	938,27	224,47				2,88	23,42	6,68	0,26	0,00	0,50					
Diétás pékáru BL DIAB	87,06	20,83				0,82	0,11	0,01	4,13	0,00	0,01	1				
kigyóborka	19,66	4,70				0,40	0,04	0,30	0,68	4,40	0,01					
E Zöldségleves	322,58	76,45				1,27	6,17	0,47	4,22	0,00	1,27	9				
Székelykáposzta	1 452,34	347,45				14,37	26,93	11,00	11,53	0,02	1,00	1,7,9,(12)				
Diétás pékáru BL, ebédhez	345,84	82,74				0,48	0,12	0,01	19,61	1,20	0,02					
U Diétás péksütemény	203,75	48,74				0,27	2,14	0,16	5,72	3,40	0,05					
Összesen:	3 380,32	807,97				20,49	58,93	18,63	46,23	9,06	2,86					
3/20/2024	Szabó (06361)	Diab. 5-35-5 g CH T-E-U				T Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15	
						Hegyi sonka	184,80	44,21	6,80	1,12	0,37	1,68	0,00	0,85		
						Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
						Diétás pékáru BL DIAB	87,06	20,83	0,82	0,11	0,01	4,13	0,00	0,01	1	
			E Alföldi gulyásleves	727,81	174,12	14,19	7,83	2,07	11,33	0,00	0,26					
			Reszelt sajt sajtos tésztához	597,41	142,92	9,98	10,98	6,15	0,89	0,00	0,82	7				
			Tejföl	321,05	76,81	1,68	6,60	3,71	2,58	0,00	0,08	7				
			Cornito főtt tészta	328,00	78,47	0,80	1,40	0,11	15,40	1,00	0,03					
			Alma	130,87	31,31	0,36	0,36	0,00	6,30	0,00	0,01					
			U Sertés párizsi	356,50	85,29	4,76	7,28	2,75	0,08	0,00	0,91					
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			Diétás pékáru BL DIAB	108,83	26,04	1,02	0,14	0,01	5,16	0,00	0,02	1				
			Összesen:	3 915,59	936,77	40,49	63,82	22,78	47,79	1,04	3,39					
3/21/2024	Németi (06361)	Diab. 5-35-5 g CH T-E-U	T Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15				
			Sajt szelet	589,68	141,07	10,48	10,64	6,77	0,68	0,00	0,80	7				
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			Diétás pékáru BL DIAB	87,06	20,83	0,82	0,11	0,01	4,13	0,00	0,01	1				
			paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00					
			E Zellerkrémleves	361,24	86,42	1,09	5,75	0,65	7,18	0,00	0,15	9				
			Kölesgolyó	88,86	21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,04	0,00					
			Sült csirkecomb	1 016,17	243,10	30,13	13,09	2,61	0,90	0,00	1,52					
			Petrezselymes burgonya	414,91	97,44	2,05	3,16	0,25	15,31	0,00	0,75					
			Cékjalálata	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,79	0,74	15,(12)				
			U Kenőmájás allergénmentes	232,00	55,50	2,13	4,33	1,62	1,93	0,00	0,18					
			Diétás pékáru BL DIAB	87,06	20,83	0,82	0,11	0,01	4,13	0,00	0,01	1				
			Összesen:	3 611,01	862,06	49,61	51,57	15,76	48,77	4,87	4,36					
3/22/2024	Németi (06361)	Diab. 5-35-5 g CH T-E-U	T Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15				
			Olasz felvágott	559,78	133,92	5,48	12,32	4,58	0,12	0,00	1,68					
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			Diétás pékáru BL DIAB	87,06	20,83	0,82	0,11	0,01	4,13	0,00	0,01	1				
			paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00					
			E Tárkonyos zöldségleves	388,38	92,37	1,34	6,21	0,49	7,98	0,02	1,31	9				
			Spenótos csirkés rakott tészta	1 179,11	282,08	17,42	11,46	3,63	26,98	0,00	0,93	1,7,(3)				
			U Vaníliás puding diabRIZSTEJ	43,60	10,43	0,02	0,15	0,02	2,20	0,60	0,00	15				
			Diétás pékáru BL DIAB	76,18	18,22	0,71	0,09	0,01	3,61	0,00	0,01	1				
			Összesen:	2 908,91	695,37	26,31	44,46	12,54	46,38	0,66	4,14					



Heti étlap 2024.03.18 - 2024.03.22

eatrend		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(06381) Diab. (20-5-30-10-5 gr CH)-TTEUU	Herba tea édesítőszerrel, Csirkemellsonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, Mandarin			Herba tea édesítőszerrel, Sült húskrém, Diétás pékáru BL DIAB, kígyóborka, Mandarin			Herba tea édesítőszerrel, Hegyi sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, Mandarin			Herba tea édesítőszerrel, Sajt szelet, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, paprika, Mandarin			Herba tea édesítőszerrel, Olasz felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, paprika, Mandarin		
		Energia: 294.02 Kcal / 1,229.00 KJ			Energia: 351.89 Kcal / 1,470.90 KJ			Energia: 294.02 Kcal / 1,229.00 KJ			Energia: 393.63 Kcal / 1,645.37 KJ			Energia: 391.57 Kcal / 1,636.76 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.97 g	15.76 g	4.20 g	7.41 g	24.10 g	7.01 g	10.97 g	15.76 g	4.20 g	14.93 g	25.38 g	10.60 g	10.13 g	27.08 g	8.41 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
25.89 g	0.04 g	1.11 g	25.07 g	4.44 g	0.57 g	25.89 g	0.04 g	1.11 g	25.08 g	0.04 g	1.05 g	25.53 g	0.04 g	1.94 g		
1,15			1,15			1,15			1,7,15			1,15				
Ebéd	(06381) Diab. (20-5-30-10-5 gr CH)-TTEUU	Vegyes gyümölcsleves, Budapest ragu, Párolt barna rizs			Zöldségleves, Székelykáposzta, Diétás pékáru BL, ebédhez			Alföldi gulyásleves, Reszelt sajt sajtos tésztához, Tejföl, Cornito főtt tészta, Alma			Zellerkrémleves, Kölesgolyó, Sült csirkecomb, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta			Tárkonyos zöldségleves, Spenótos csirkés rakott tészta		
		Energia: 295.46 Kcal / 1,235.02 KJ			Energia: 388.24 Kcal / 1,622.84 KJ			Energia: 478.79 Kcal / 2,001.34 KJ			Energia: 453.83 Kcal / 1,897.01 KJ			Energia: 334.16 Kcal / 1,396.79 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		15.79 g	11.96 g	2.34 g	14.55 g	23.71 g	6.76 g	26.75 g	26.76 g	12.01 g	34.15 g	21.21 g	3.46 g	16.27 g	16.04 g	3.60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.28 g	0.00 g	1.46 g	28.92 g	0.92 g	2.25 g	31.60 g	0.75 g	1.19 g	31.44 g	4.83 g	2.91 g	31.10 g	0.02 g	2.11 g		
15			1,7,9,(12)			7			9,15,(12)			1,7,9,(3)				
Uzsonna	(06381) Diab. (20-5-30-10-5 gr CH)-TTEUU	Soproni felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, Jégcsapretek, Mandarin			Diétás péksütemény, Mandarin			Sertés párizsi, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, Mandarin			Kenőmájás allergénmentes, Diétás pékáru BL DIAB, Mandarin			Vaníliás puding diabRIZSTEJ, Diétás pékáru BL DIAB, Mandarin		
		Energia: 336.97 Kcal / 1,408.53 KJ			Energia: 118.23 Kcal / 494.20 KJ			Energia: 287.90 Kcal / 1,203.42 KJ			Energia: 137.09 Kcal / 573.04 KJ			Energia: 75.55 Kcal / 315.80 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.15 g	26.75 g	8.41 g	0.88 g	4.32 g	0.32 g	7.19 g	21.70 g	6.57 g	4.74 g	5.80 g	2.04 g	1.60 g	0.61 g	0.05 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
15.44 g	6.24 g	1.93 g	16.03 g	6.62 g	0.11 g	15.38 g	0.00 g	1.14 g	16.09 g	0.00 g	0.26 g	15.48 g	1.20 g	0.02 g		
1			1			1			1			1,15				

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-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!**  
**eatrend Danubia Kft.**  
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Cégjegyzékszám: 17783403-5-11  
 Adószám: 26215833-4-13  
**Élelmiszevezető**

## Tételes étlap 2024.03.18. - 2024.03.24.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének				
3/18/2024	László (06381)	Diab. (20-5-30-10-5 gr CH)-TTEUU	T Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15			
			Csirkemellsonka	184,80	44,21	6,80	1,12	0,37	1,68	0,00	0,85				
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20				
			Diétás pékáru BL DIAB	404,15	96,68	3,78	0,49	0,03	19,15	0,00	0,06	1			
			Mandarin	97,99	23,45	0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00				
			E Vegyes gyümölcsleves	150,37	35,97	0,41	0,16	0,02	7,66	0,00	0,07	15			
			Budapest ragu	729,94	174,48	14,17	9,44	2,04	7,99	0,00	1,00				
			Párolt barna rizs	355,33	85,01	1,21	2,36	0,28	14,63	0,00	0,39				
			U Soproni felvágott	559,78	133,92	5,48	12,32	4,58	0,12	0,00	1,68				
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20				
			Diétás pékáru BL DIAB	195,89	46,86	1,84	0,24	0,02	9,29	0,00	0,03	1			
			Jégcsapretek	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	6,24	0,02				
			Mandarin	97,99	23,45	0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00				
			Összesen:	3 873,10	926,45	34,91	54,47	14,95	71,61	6,28	4,50				
3/19/2024	Irád (06381)	Diab. (20-5-30-10-5 gr CH)-	T Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15			
			Sült húskrém	938,27	224,47	2,88	23,42	6,68	0,26	0,00	0,50				
			Diétás pékáru BL DIAB	404,15	96,68	3,78	0,49	0,03	19,15	0,00	0,06	1			
			kígyóborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	4,40	0,01				
			Mandarin	97,99	23,45	0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00				
			E Zöldségleves	322,58	76,45	1,27	6,17	0,47	4,22	0,00	1,27	9			
			Székelykáposzta	1 452,34	347,45	14,37	26,93	11,00	11,53	0,02	1,00	1,7,9,(12)			
			Diétás pékáru BL, ebédhez	259,38	62,05	0,36	0,09	0,01	14,71	0,90	0,01				
			U Diétás péksütemény	396,18	94,78	0,53	4,17	0,32	11,13	6,62	0,11				
			Mandarin	97,99	23,45	0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00				
			Összesen:	3 999,36	956,07	24,29	61,61	18,81	71,56	11,98	2,96				
			3/20/2024	Benedek (06381)	Diab. (20-5-30-10-5 gr CH)-TTEUU	T Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15
						Hegyi sonka	184,80	44,21	6,80	1,12	0,37	1,68	0,00	0,85	
						Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
Diétás pékáru BL DIAB	404,15	96,68				3,78	0,49	0,03	19,15	0,00	0,06	1			
Mandarin	97,99	23,45				0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00				
E Alföldi gulyásleves	727,81	174,12				14,19	7,83	2,07	11,33	0,00	0,26				
Reszelt sajt sajtos tésztához	597,41	142,92				9,98	10,98	6,15	0,89	0,00	0,82	7			
Tejföl	321,05	76,81				1,68	6,60	3,71	2,58	0,00	0,08	7			
Cornito főtt tészta	246,00	58,85				0,60	1,05	0,08	11,55	0,75	0,02				
Alma	109,06	26,09				0,30	0,30	0,00	5,25	0,00	0,01				
U Sertés párizsi	356,50	85,29				4,76	7,28	2,75	0,08	0,00	0,91				
Liga margarin	531,22	127,09				0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20				
Diétás pékáru BL DIAB	217,66	52,07				2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1			
Mandarin	97,99	23,45				0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00				
Összesen:	4 433,68	1 060,71	44,91	64,22	22,78	72,87	0,79	3,44							
3/21/2024	Benedek (06381)	Diab. (20-5-30-10-5 gr CH)-TTEUU	T Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15			
			Sajt szelet	589,68	141,07	10,48	10,64	6,77	0,68	0,00	0,80	7			
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20				
			Diétás pékáru BL DIAB	382,88	91,59	3,58	0,47	0,03	18,14	0,00	0,05	1			
			paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00				
			Mandarin	97,99	23,45	0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00				
			E Zellerkrémleves	361,24	86,42	1,09	5,75	0,65	7,18	0,00	0,15	9			
			Kölesgolyó	88,86	21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,04	0,00				
			Sült csirkecomb	1 016,17	243,10	30,13	13,09	2,61	0,90	0,00	1,52				
			Petrezselymes burgonya	276,61	64,96	1,36	2,11	0,16	10,21	0,00	0,50				
			Céklasaláta	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,79	0,74	15,(12)			
			U Kenőmájás allergénmentes	290,00	69,38	2,66	5,42	2,02	2,42	0,00	0,23				
			Diétás pékáru BL DIAB	185,01	44,26	1,73	0,23	0,02	8,77	0,00	0,03	1			
			Mandarin	97,99	23,45	0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00				
Összesen:	4 120,46	984,55	53,82	52,39	16,10	72,61	4,87	4,22							
3/22/2024	Mánfalva (06381)	Diab. (20-5-30-10-5 gr CH)-	T Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15			
			Olasz felvágott	559,78	133,92	5,48	12,32	4,58	0,12	0,00	1,68				
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20				
			Diétás pékáru BL DIAB	404,15	96,68	3,78	0,49	0,03	19,15	0,00	0,06	1			
			paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00				
			Mandarin	97,99	23,45	0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00				
			E Tárkonyos zöldségleves	388,38	92,37	1,34	6,21	0,49	7,98	0,02	1,31	9			
			Spenótos csirkés rakott tészta	1 010,67	241,79	14,93	9,83	3,11	23,12	0,00	0,80	1,7,(3)			
			U Vaníliás puding diabRIZSTEJ	87,19	20,86	0,03	0,30	0,04	4,39	1,20	0,00	15			
			Diétás pékáru BL DIAB	130,60	31,24	1,22	0,16	0,01	6,19	0,00	0,02	1			
			Mandarin	97,99	23,45	0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00				
			Összesen:	3 351,55	801,28	28,00	43,73	12,06	72,11	1,26	4,07				