

13. hét




## Óvodás, iskolás alap étlap

3.25. - 03.2	Étrend	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej Kalács	Erdei gyümölcsös tea Paprikás szalámi Margarin Félbarna kenyér Paradicsom	Karamellás tej Tejes kifli	Barackos tea Padlizsánkrém Korpás zsemle Uborka	Ünnepnap
Leves	Frankfurti leves	Csurgatott tojásleves	Meggyes almaleves	Zöldségleves vajgaluskával	
Főétel	Dejós tészta Porcukor szórat  Narancs	Vagdalt Lencsefőzelék Félbarna kenyér	Rántott halfilé Burgonyapüré	Vadas sertésragu szarvacska tészta	
Uzsonna	Pulykamellsonka Margarin Korpás kenyér	Zöldfűszeres kockasajt Korpás Kifli	Soproni felvágott Margarin Korpás kenyér Paprika	Helyben sült sajtkrémes rúd Alma	

**Eatrend Danubia Kft.**  
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Csoportos adószám: 17783403-5-11  
 Adószám: 26215833-4-13

Heti étlap 2024.03.25 - 2024.03.29

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Tízórai</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Tej Kalács			Erdei gyümölcsös tea Paprikás szalámis Margarinos Félbarna kenyér Paradicsommal			Karamellás tej Kifli			Barackos tea Padlizsánkrémes Korpás zsemle Uborkával			<b>ÜNNEPNAP</b>		
		Energia: 338.95 Kcal / 1,416.81 KJ			Energia: 267.43 Kcal / 1,117.86 KJ			Energia: 256.53 Kcal / 1,072.30 KJ			Energia: 298.60 Kcal / 1,248.15 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav			
		13.87 g	9.31 g	4.23 g	8.14 g	7.24 g	2.70 g	10.56 g	3.28 g	1.73 g	5.92 g	8.47 g	4.15 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
49.51 g	4.20 g	0.90 g	42.22 g	10.00 g	0.46 g	45.89 g	12.49 g	0.68 g	49.25 g	22.18 g	0.52 g					
1,3,7			1,(7)			1,7			1,7,(10)							
<b>Ebéd</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Frankfurti leves Dejós tészta Porcukorral Narancs			Csupgátott tojásleves Lencsefőzelék Vagdalttal Félbarna kenyérral			Meggyes almaleves Rántott halfilé Burgonyapürével			Zöldségleves vajgaluskával Vadas sertésragu Főtt tésztával					
		Energia: 448.72 Kcal / 1,875.65 KJ			Energia: 529.92 Kcal / 2,215.07 KJ			Energia: 741.42 Kcal / 3,099.14 KJ			Energia: 475.25 Kcal / 1,986.55 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav			
		13.92 g	10.31 g	2.47 g	25.45 g	23.89 g	6.74 g	20.50 g	40.43 g	6.91 g	18.43 g	19.34 g	5.67 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
74.44 g	20.51 g	5.37 g	52.72 g	1.21 g	1.30 g	73.62 g	11.99 g	3.27 g	56.20 g	0.51 g	5.84 g					
1,7,8,(3),(5),(6),(9),(12)			1,3,7,9,10,(12)			1,3,4,7			1,3,7,9,10,(12)							
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Pulykamell sonkás Margarinos Korpás kenyér			Korpás kifli Zöldfűszeres kockasajttal			Soproni felvágottas Margarinos Korpás kenyér Paprikával			Sajtkrémes rúd Alma					
		Energia: 168.47 Kcal / 704.20 KJ			Energia: 163.41 Kcal / 683.05 KJ			Energia: 217.24 Kcal / 908.06 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav			
		7.34 g	2.92 g	1.08 g	8.51 g	2.92 g	1.24 g	6.92 g	8.58 g	3.19 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
28.20 g	0.00 g	1.19 g	25.48 g	0.00 g	0.75 g	28.02 g	0.00 g	1.60 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g					
1,(7)			1,7			1,(7)			1,7							

Az étlanváltoztatás 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-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer |               |

Jó étvágyat kívánunk!  
eatrend Danubia Kft.  
2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
Csoportos adószám: 17783408-5-11  
Adószám: 26215813-4-11  
Elelmézésvezető

## Tételek étlap 2024.03.25. - 2024.03.31.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
3/25/2024	László (00442)	Eattrend 3-as Óvoda 4-6 éves	T	Tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	7	
			Kalács	1 011,09	241,89	7,07	6,31	2,60	38,91	4,20	0,63	1,3,7	
			E	Frankfurti leves	421,96	100,95	4,55	5,42	2,21	8,28	0,03	1,46	1,7,(3),(6),(9),(12)
			Dejő szórát	340,90	81,55	1,87	2,69	0,05	12,37	10,49	0,00	1,8,(5)	
			Főtt tészta	944,98	226,07	7,50	2,20	0,21	43,80	0,00	3,99	1,(3)	
			Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00		
			Narancs	103,87	24,85	0,36	0,12	0,00	5,10	0,00	0,00		
			U	Pulykamell sonka	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	
			Összesen:	4 100,54	980,99	35,49	22,66	7,78	157,25	24,71	7,54		
3/26/2024	László (00442)	Eattrend 3-as Óvoda 4-6 éves	T	Erdei gyümölcsös tea	172,03	41,15	0,10	0,02	0,00	10,01	10,00	0,00	
			Paprikás szalámi	206,56	49,42	1,96	4,58	0,00	0,03	0,00	0,00		
			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	
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
			E	Tojásleves	121,34	29,03	1,26	1,59	0,28	2,43	0,01	0,32	1,3,9
			Fasírt	832,23	199,10	10,69	13,11	0,00	9,34	0,00	0,00	1,3	
			Lencsefőzelék	937,15	224,20	10,56	8,89	1,89	25,26	1,20	0,15	1,7,10,(12)	
			Félbarna kenyér	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	1	
			U	Zöldfűszeres kockasajt	156,26	37,38	3,17	2,15	1,17	1,20	0,00	0,19	7
			Korpás kifli	526,81	126,03	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	1,(7)	
Összesen:	4 015,97	960,76	42,10	34,05	4,32	120,42	11,21	3,08					
3/27/2024	László (00442)	Eattrend 3-as Óvoda 4-6	T	Karamellás tej	615,51	147,25	6,80	3,00	1,63	23,09	12,49	0,27	7
			Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
			E	Meggyes almaleves	393,90	85,54	0,97	1,81	0,70	18,19	7,99	0,34	1,7
			Rántott halfilé	1 779,14	425,63	13,83	32,83	3,43	17,55	0,00	1,38	1,3,4	
			Burgonyapüré	962,43	230,25	5,70	5,79	1,39	37,88	0,00	1,32	7	
			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	
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
			Összesen:	5 115,83	1 215,19	37,98	52,29	10,44	147,53	20,48	5,32		
			3/28/2024	László (00442)	Eattrend 3-as Óvoda 4-6 éves	T	Barackos tea	349,82	83,69	0,52	0,10	0,00	20,01
Padlizsánkrém házi	452,27	108,20				0,70	11,31	1,51	0,77	0,00	0,12	3,7,10,(1),(12)	
Korpás zsemle	570,99	136,60				4,70	0,35	0,13	28,50	0,00	0,51	1	
Uborka	9,83	2,35				0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
E	Vajgaluskaleves	227,90				54,52	1,26	2,38	0,64	6,89	0,01	1,08	1,3,9,(7)
Levesbetét	114,71	27,44				1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3	
Vadas sertésragu	813,70	194,66				9,67	14,76	4,82	5,51	0,50	0,74	1,7,10,(12)	
Szarvacska tészta	1 032,32	246,97				10,20	4,30	0,00	41,57	0,00	0,00	1,3	
U	Sajtkrémes rúd	685,52				164,00	7,99	2,31	3,61	33,28	0,00	1,69	1,7
Alma	218,12	52,18				0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
Összesen:	4 475,18	1 070,61				37,03	36,48	10,77	152,22	10,50	4,22		