

15. hét



Óvodás, iskolás alap étlap

04.08. - 04.12.	eatrend	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Kakaó Briós	Barackos tea Majonézes tonhalkrém Graham kenyér Kígyóuborka	Csipkebogyó tea Magyaros vajkrém Félbarna kenyér Paprika	Tej Sajtos pogácsa	Citromos tea Olasz felvágott Margarin Korpás kenyér Paradicsom
Leves	Húsgombóc leves	Lebbencsleves	Fokhagymakrémleves Pirított kenyérkocka	Lencsegulyás Félbarna kenyér	Erőleves Levesbetét
Főétel	Grízes tészta Sárgabaracklekvár Porcukorszórat Alma	Fasírt Tökfőzelék Félbarna kenyér	Pusztapörkölt Csemegeuborka	Káposztás tészta Porcukor szórat	Párolt sertésszelet pirított dara Meggymártás
Uzsonna	Mátrai diákcsemege Margarin Korpás zsemle Jégcsapretek	Kakaós csiga	Májusi csemege Margarin Korpás zsemle	Sertés párizsi Margarin Rozskenyér Kígyóuborka	Zöldfűszeres kockasajt Kifli Mandarin


eatrend Danubia Kft.

2730 Albertirsa, Pesti út 65.

Csoportos adószám: 17783403-5-11-

Adószám: 26215833-4-13

Heti étlap 2024.04.08 - 2024.04.12

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Kakaó Briós			Barackos tea Majonézes tonhalkrém Graham kenyér Uborkával			Csipkebogyós tea Magyaros vajkrém Félbarna kenyér Paprikával			Tej Sajtos pogácsa			Citromos tea Olasz felvágottas Margarinos Korpás kenyér Paradicsommal		
		Energia: 277.35 Kcal / 1,159.32 KJ			Energia: 358.02 Kcal / 1,496.52 KJ			Energia: 316.65 Kcal / 1,323.60 KJ			Energia: 279.58 Kcal / 1,168.64 KJ			Energia: 299.03 Kcal / 1,249.95 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.60 g	6.44 g	3.08 g	7.49 g	12.68 g	3.11 g	6.78 g	8.69 g	4.05 g	9.26 g	16.10 g	5.21 g	7.01 g	8.59 g	3.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
43.94 g	15.53 g	0.59 g	52.95 g	22.18 g	1.07 g	52.38 g	19.99 g	0.00 g	24.08 g	0.00 g	1.06 g	48.21 g	19.98 g	1.60 g		
1,3,7			1,3,4,7,10			1,7			1,3,7			1,(7)				
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Húsgaluska leves Grízes tészta Lekvárral Porcukorral Alma			Lebbencsleves Tökfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Fokhagymakrémleves Pírtott kenyérbúzával Pusztapörkölt burgonyával Csemegeuborkával			Lencsegulyás Félbarna kenyérral Káposztás tészta Porcukorral			Erőleves Párolt sertésszelet Pírtott darával Meggymártással		
		Energia: 452.57 Kcal / 1,891.74 KJ			Energia: 535.56 Kcal / 2,238.64 KJ			Energia: 458.67 Kcal / 1,917.24 KJ			Energia: 557.98 Kcal / 2,332.36 KJ			Energia: 604.03 Kcal / 2,524.85 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.27 g	6.37 g	1.38 g	19.50 g	21.59 g	6.72 g	17.22 g	20.59 g	6.17 g	21.39 g	12.07 g	2.64 g	21.43 g	16.03 g	3.33 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
86.00 g	22.46 g	11.19 g	64.86 g	7.00 g	1.37 g	50.37 g	0.01 g	1.90 g	90.26 g	12.99 g	1.38 g	92.22 g	9.00 g	2.64 g		
1,3,9,(12)			1,3,7,9			1,7,15,(12)			1,7,10,(3),(12)			1,3,7,9,(10)				
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Májusi csemegés Margarinos Korpás zsemle Jégcsapretekkel			Kakaós csiga			Diákcsemegés Margarinos Korpás zsemle			Sertés párizsis Margarinos Rozskenyér Uborkával			Kifli Zöldfűszeres kockasajttal Mandarin		
		Energia: 193.42 Kcal / 808.50 KJ			Energia: 191.54 Kcal / 800.64 KJ			Energia: 182.92 Kcal / 764.61 KJ			Energia: 216.75 Kcal / 906.02 KJ			Energia: 146.66 Kcal / 613.04 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.99 g	5.29 g	2.14 g	3.17 g	11.76 g	4.03 g	6.22 g	4.87 g	1.94 g	8.64 g	6.74 g	6.95 g	6.93 g	2.43 g	1.27 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29.50 g	3.12 g	0.95 g	18.02 g	5.90 g	0.37 g	28.53 g	0.00 g	0.89 g	30.32 g	2.20 g	1.23 g	24.00 g	0.00 g	0.60 g		
1,(7)			1,7,(3)			1,(7)			1,(7)			1,7				

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

Allergén lista (kód-allergén)

- | | | | | | |
|----------|----------------|--------------------|----------------------|----------------------------|---------------|
| 1-glutén | 4-hal | 7-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.
 Csoportos adószám: 17783408-5-10-
 Adószám: 26215833-4-13
 Élelmezésvezető

Tételes étlap 2024.04.08. - 2024.04.14.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének			
4/8/2024	Laktóz (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
				Briós	572,72	137,01	3,61	3,22	1,32	23,24	5,54	0,32	1,3,7
			E	Húsgaluska leves	297,13	69,99	3,80	3,32	1,12	6,37	0,01	1,30	1,3,9
				Levesbetét	114,71	27,44	1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3
				Grízes tészta	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	Diákcsemege	121,30	29,02	1,52	2,52	0,91	0,03	0,00	0,32	
				Margarin	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)
				Korpás zsemle	570,99	136,60	4,70	0,35	0,13	28,50	0,00	0,51	1
				Jégcsapretek	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01	
				Összesen:	3 946,82	943,10	30,50	18,05	6,47	163,85	50,46	12,73	
4/9/2024	Laktóz (00442)	Eattrend 3-as Óvoda 4-6	T	Barackos tea	349,82	83,69	0,52	0,10	0,00	20,01	9,99	0,00	
				Tonhalkrém	468,09	111,98	0,71	11,96	3,59	0,20	0,00	0,02	3,4,7,10,(1)
				Graham kenyér	668,81	160,00	6,06	0,60	0,00	32,40	0,00	1,03	1
				Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01	
			E	Lebbencsleves	414,58	99,18	3,14	0,78	0,18	19,62	0,01	0,43	1,9,(3)
				Fasírt	832,23	199,10	10,69	13,11	0,00	9,34	0,00	0,00	1,3
				Tökfőzelék	667,52	159,69	2,73	7,40	1,99	20,21	3,50	0,11	1,7
				Félbarna kenyér	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	1
			U	Kakaós csiga	800,62	191,54	3,17	11,76	2,34	18,02	8,72	0,32	1,7,(3)
				Összesen:	4 535,82	1 085,12	30,16	46,03	8,10	135,83	22,22	2,52	
4/10/2024	Laktóz (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	
				Magyaros vajkrém	317,52	75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	0,00	0,00	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	Fokhagymakrémleves	520,56	122,72	3,06	7,19	1,74	11,68	0,00	0,34	1,7
				Pírtott kenyérboc	108,11	25,86	0,98	0,10	0,00	5,23	0,00	0,20	1
				Pusztapörkölt burgonyával	1 273,16	304,58	12,94	13,26	4,40	32,42	0,00	0,60	
				Csemege uborka	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96	15,(12)
			U	Májusi csemege	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)
	Korpás zsemle	570,99	136,60	4,70	0,35	0,13	28,50	0,00	0,51	1			
	Összesen:	4 045,13	965,92	30,77	34,55	12,14	131,72	13,99	4,24				
4/11/2024	Laktóz (00442)	Eattrend 3-as Óvoda 4-6 éves	T	Tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	7
				Sajtos pogácsa	762,94	182,52	2,46	13,10	3,58	13,48	0,00	0,79	1,3,7
			E	Lencsegulyás	851,05	203,60	10,94	9,75	3,49	17,74	0,00	0,72	1,7,10,(12)
				Félbarna kenyér	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	1
				Káposztás tészta	989,15	236,64	7,51	2,02	0,21	46,84	3,00	0,67	1,(3)
				Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00	
			U	Sertés 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)
				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	
	Összesen:	4 407,02	1 054,31	39,29	34,91	15,71	144,66	12,99	4,28				
4/12/2024	Laktóz (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	
				Olasz 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
				Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
			E	Erőleves	112,08	26,81	1,19	0,67	0,01	3,96	0,00	0,39	9
				Levesbetét	114,71	27,44	1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3
				Párolt sertészelet	369,22	88,33	10,51	4,99	2,51	0,27	0,01	1,65	(1),(10)
				Pírtott dara	444,92	106,44	2,35	2,57	0,42	18,35	0,00	0,49	1
				Meggy mártás	477,17	114,16	1,79	1,72	0,79	22,16	8,99	0,08	1,7
			U	Zöldfűszeres kockasajt	156,26	37,38	3,17	2,15	1,17	1,20	0,00	0,19	7
				Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)
	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00				
	Összesen:	3 577,08	855,76	31,67	21,62	8,26	131,60	20,99	4,86				