


Heti étlap 2024.04.22 - 2024.04.26

		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, Mátrai diákcsemege, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paradicsom	Herba tea citromlé nélkül, Padlizsánkrém házi, Diétás pékáru BL	Herba tea citromlé nélkül, Tojáskrém, Diétás pékáru BL	Kakaó rizstejből, Liga margarin , Diétás pékáru BL										
		Energia: 354.96 Kcal / 1,483.73 Kj	Energia: 287.76 Kcal / 1,202.84 Kj	Energia: 248.73 Kcal / 1,039.69 Kj	Energia: 275.87 Kcal / 1,153.14 Kj	Energia: 346.48 Kcal / 1,448.29 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	8.96 g	9.00 g	2.38 g	5.84 g	6.02 g	1.47 g	6.93 g	8.93 g	2.25 g	5.83 g	9.86 g	2.31 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	42.39 g	13.39 g	0.67 g	42.51 g	13.39 g	0.26 g	41.62 g	13.39 g	0.22 g	57.52 g	21.42 g	0.18 g		
1		1		1		1,3		1		1		1		1		
Ebéd	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Karfiolkremleves, Pirított kenyérkocka, Rántott halfilé, Kukoricás rizs, Tartármártás	Vajgaluskaleves , Zöldborsós sertésragu, Tarhonya köret	Paradicsomleves, Levesbetét, Gyrosos csirkesült, Sült burgonya, Vegafőlős öntet, Vitaminsaláta	Jókai bableves , Grízes tészta, Baracklevár, Porcukor, Diétás pékáru BL, ebédhez, Alma	Csontleves , Levesbetét, Sült bécsi virsli, Burgonyafőzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez										
		Energia: 760.09 Kcal / 3,177.18 Kj	Energia: 497.28 Kcal / 2,078.63 Kj	Energia: 697.38 Kcal / 2,915.05 Kj	Energia: 713.89 Kcal / 2,984.06 Kj	Energia: 409.82 Kcal / 1,713.05 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		21.75 g	41.33 g	8.43 g	19.74 g	22.93 g	6.13 g	22.79 g	28.01 g	4.07 g	13.65 g	16.51 g	3.67 g	14.54 g	23.28 g	5.86 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
74.12 g	0.54 g	2.79 g	52.33 g	0.01 g	3.96 g	87.62 g	7.01 g	3.49 g	125.66 g	22.16 g	1.71 g	68.91 g	1.52 g	1.42 g		
1,3,4,10,(12)		1,3,9		1,3,9		1,(12)		1,3,9		1,3,9		1,3,9		1,3,9		
Uzsonna	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Paprikás szalámi, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paprika	Diétás péksütemény	Szendvics sonka, Liga margarin , Diétás pékáru BL, kígyóborka	Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL	Sertés párizsi, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Jégcsapretek										
		Energia: 258.89 Kcal / 1,082.16 Kj	Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 Kj	Energia: 236.25 Kcal / 987.53 Kj	Energia: 209.83 Kcal / 877.09 Kj	Energia: 251.01 Kcal / 1,049.22 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.78 g	12.37 g	3.55 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g	10.42 g	8.05 g	2.35 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g	8.18 g	11.39 g	3.33 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.80 g	0.00 g	0.58 g	31.80 g	18.90 g	0.30 g	30.25 g	4.40 g	0.65 g	28.47 g	0.00 g	0.18 g	28.74 g	3.12 g	0.65 g		
1		1		1		1		1		1		1		1		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Etrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Kód magyarázat: 800 diéta főkód ; 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-mesztiszélesztő |               |

## Tételes étlap 2024.04.22. - 2024.04.28.

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének					
4/22/2024	Laktóz (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 Karfiolkrémeles	171,35	40,39	1,53	1,74	0,21	4,82	0,02	0,51				
			Pírtott kenyérkocka	108,11	25,86	0,98	0,10	0,03	5,23	0,00	0,00	1			
			Rántott halfilé	1 779,14	425,63	13,83	32,83	4,27	17,55	0,00	1,42	1,3,4			
			Kukoricás rizs	892,93	213,62	5,18	1,48	0,19	44,65	0,00	0,50				
			Tartármártás	228,19	54,59	0,23	5,18	3,73	1,87	0,52	0,36	10,(12)			
			U Paprikás szalámi	206,56	49,42	1,96	4,58	1,61	0,03	0,00	0,40				
			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				
			Összesen:	5 745,64	1 373,94	35,25	63,35	14,15	163,15	24,77	3,55				
4/23/2024	Laktóz (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 diákcsemege	100,42	24,03	3,18	1,23	0,43	0,03	0,00	0,49				
			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			
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00				
			E Vajgaluskaleves	209,33	50,08	1,47	2,54	0,68	5,22	0,00	1,08				
			Zöldborsós sertésragu	777,63	186,03	9,23	15,10	4,71	3,08	0,01	1,13	9			
			Tarhonya köret	1 091,69	261,17	9,04	5,29	0,74	44,03	0,00	1,75	1,3			
			U Diétás péksütemény	1 131,94	270,80	1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30				
			Összesen:	4 413,43	1 055,84	30,20	43,83	9,41	126,52	32,30	4,93				
			4/24/2024	Laktóz (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	
						Padlizsánkrém házi	221,22	52,92	0,28	5,29	1,43	0,99	0,00	0,18	
						Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1
						E Paradicsomleves	253,33	60,61	1,83	0,55	0,06	11,98	3,00	0,60	1,9
Levesbetét	114,71	27,44				1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3			
Gyrosos csirkesült	334,96	80,14				12,51	2,83	0,39	1,06	0,00	0,10				
Sült burgonya	2 033,99	486,60				6,18	24,03	3,52	60,83	0,00	2,11	(1)			
Vegafölös öntet	10,97	2,63				0,10	0,04	0,01	0,51	0,01	0,10				
Vitaminaláta	167,05	39,96				0,98	0,21	0,03	8,39	4,00	0,53				
U Szendvics sonka	108,70	26,00				4,44	0,28	0,11	1,40	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			
kígyóuborka	19,66	4,70				0,40	0,04	0,30	0,68	4,40	0,01				
Összesen:	4 942,31	1 182,36				39,05	42,08	7,89	160,38	24,80	4,40				
4/25/2024	Laktóz (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				
			Tojáskrém	334,66	80,06	1,37	8,20	2,21	0,10	0,00	0,14	3			
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1			
			E Jókai bableves	776,22	184,79	8,16	10,26	3,08	14,94	0,00	1,56				
			Grízés tészta	1 232,17	294,78	4,20	5,49	0,57	56,24	2,57	0,11	1			
			Baracklekvár	161,22	38,57	0,09	0,01	0,00	9,48	8,10	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 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			
			Összesen:	5 018,11	1 199,59	26,16	33,52	7,86	195,75	35,55	2,11				
			4/26/2024	Laktóz (05302)	Tej és rozslisztmentes 4-6	T Kakaó rizstejből	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 Csontleves	118,12	28,26				1,21	0,75	0,03	4,13	0,02	1,09	9,(1)			
Levesbetét	114,71	27,44				1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3			
Sült bécsi virsli	616,70	8,39				7,50	12,93	4,70	0,12	0,00	0,00				
Burgonyafőzelék	1 012,85	242,31				4,04	9,10	1,05	35,30	0,00	0,26				
Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42				0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	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			
Jégcsapretek	11,80	2,82				0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01				
Összesen:	4 792,25	1 007,31				28,55	44,53	11,50	155,17	26,06	2,25				

Heti étlap 2024.04.22 - 2024.04.26

 <b>eatrend</b> Tízórai		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Rizstej, Mini méz, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea citromlé nélkül, Mátrai diákcsemege, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paradicsom			Herba tea citromlé nélkül, Padlizsánkrém házi, Diétás pékáru BL			Herba tea citromlé nélkül, Tojáskrém, Diétás pékáru BL			Kakaó rizstejből, Liga margarin , Diétás pékáru BL		
5312 Tej,OM,cm,szój,ban,marha 4-6 éves		Energia: 354.96 Kcal / 1,483.73 KJ			Energia: 287.76 Kcal / 1,202.84 KJ			Energia: 248.73 Kcal / 1,039.69 KJ			Energia: 275.87 Kcal / 1,153.14 KJ			Energia: 346.48 Kcal / 1,448.29 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	8.96 g	9.00 g	2.38 g	5.84 g	6.02 g	1.47 g	6.93 g	8.93 g	2.25 g	5.83 g	9.86 g	2.31 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	42.39 g	13.39 g	0.67 g	42.51 g	13.39 g	0.26 g	41.62 g	13.39 g	0.22 g	57.52 g	21.42 g	0.18 g
		1			1			1			1,3			1		
Ebéd		Karfiolekrémleves, Pírtott kenyérgocka, Rántott halfilé, Kukoricás rizs, Tartármártás			Vajgaluskaleves , Zöldborsós sertésragu, Tarhonya köret			Paradicsomleves, Levesbetét, Gyrosos csirkesült, Sült burgonya, Joghurtos öntet, Vitaminsaláta			Jókai bableves , Grízes tészta, Baracklekvár, Porcukor, Diétás pékáru BL, ebédhez, Alma			Csontleves , Levesbetét, Sült bécsi virsli, Burgonyafőzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez		
		Energia: 760.09 Kcal / 3,177.18 KJ			Energia: 497.28 Kcal / 2,078.63 KJ			Energia: 728.25 Kcal / 3,044.09 KJ			Energia: 713.89 Kcal / 2,984.06 KJ			Energia: 409.82 Kcal / 1,713.05 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		21.75 g	41.33 g	8.43 g	19.74 g	22.93 g	6.13 g	24.43 g	29.79 g	5.04 g	13.65 g	16.51 g	3.67 g	14.54 g	23.28 g	5.86 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		74.12 g	0.54 g	2.79 g	52.33 g	0.01 g	3.96 g	89.63 g	7.00 g	3.59 g	125.66 g	22.16 g	1.71 g	68.91 g	1.52 g	1.42 g
		1,3,4,10,(12)			1,3,9			1,3,7,9			1,(12)			1,3,9		
Uzsonna		Paprikás szalámi, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paprika			Diétás péksütemény			Szendvics sonka, Liga margarin , Diétás pékáru BL, kigyóuborka			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Sertés párizsi, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Jégcsapretek		
		Energia: 258.89 Kcal / 1,082.16 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ			Energia: 236.25 Kcal / 987.53 KJ			Energia: 209.83 Kcal / 877.09 KJ			Energia: 251.01 Kcal / 1,049.22 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.78 g	12.37 g	3.55 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g	10.42 g	8.05 g	2.35 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g	8.18 g	11.39 g	3.33 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		28.80 g	0.00 g	0.58 g	31.80 g	18.90 g	0.30 g	30.25 g	4.40 g	0.65 g	28.47 g	0.00 g	0.18 g	28.74 g	3.12 g	0.65 g
		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

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.  
 Cseportos adószám: 17783408-5-11  
 \*\*Árnyékszám: 26215633-4-13  
**Élelmezésvezető**

## Tételes étlap 2024.04.22. - 2024.04.28.

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
4/22/2024	Laktóz (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 Karfiolkrémeles	171,35	40,39	1,53	1,74	0,21	4,82	0,02	0,51	
			Pírított kenyérfocoka	108,11	25,86	0,98	0,10	0,03	5,23	0,00	0,00	1
			Rántott halfilé	1 779,14	425,63	13,83	32,83	4,27	17,55	0,00	1,42	1,3,4
			Kukoricás rizs	892,93	213,62	5,18	1,48	0,19	44,65	0,00	0,50	
			Tartármártás	228,19	54,59	0,23	5,18	3,73	1,87	0,52	0,36	10,(12)
			U Paprikás szalámi	206,56	49,42	1,96	4,58	1,61	0,03	0,00	0,40	
			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	
			Összesen:	5 745,64	1 373,94	35,25	63,35	14,15	163,15	24,77	3,55	
4/23/2024	Laktóz (05312)	Tej,OM,cm,szój,ban,marha 4-	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Mátrai diákcsemege	100,42	24,03	3,18	1,23	0,43	0,03	0,00	0,49	
			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
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
			E Vajgaluskaleves	209,33	50,08	1,47	2,54	0,68	5,22	0,00	1,08	
			Zöldborsós sertésragu	777,63	186,03	9,23	15,10	4,71	3,08	0,01	1,13	9
			Tarhonya köret	1 091,69	261,17	9,04	5,29	0,74	44,03	0,00	1,75	1,3
			U Diétás péksütemény	1 131,94	270,80	1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30	
			Összesen:	4 413,43	1 055,84	30,20	43,83	9,41	126,52	32,30	4,93	
			4/24/2024	Laktóz (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
Padlizsánkrém házi	221,22	52,92				0,28	5,29	1,43	0,99	0,00	0,18	
Diétás pékáru BL	593,61	142,01				5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1
E Paradicsomleves	253,33	60,61				1,83	0,55	0,06	11,98	3,00	0,60	1,9
Levesbetét	114,71	27,44				1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3
Gyrosos csirkesült	334,96	80,14				12,51	2,83	0,39	1,06	0,00	0,10	
Sült burgonya	2 033,99	486,60				6,18	24,03	3,52	60,83	0,00	2,11	(1)
Joghurtos öntet	140,02	33,50				1,74	1,82	0,98	2,52	0,00	0,20	7,9
Vitaminaláta	167,05	39,96				0,98	0,21	0,03	8,39	4,00	0,53	
U Szendvics sonka	108,70	26,00				4,44	0,28	0,11	1,40	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
kígyóuborka	19,66	4,70				0,40	0,04	0,30	0,68	4,40	0,01	
Összesen:	5 071,36	1 213,23				40,69	43,86	8,86	162,39	24,79	4,50	
4/25/2024	Laktóz (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	
			Tojáskrém	334,66	80,06	1,37	8,20	2,21	0,10	0,00	0,14	3
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1
			E Jókai bableves	776,22	184,79	8,16	10,26	3,08	14,94	0,00	1,56	
			Grízés tészta	1 232,17	294,78	4,20	5,49	0,57	56,24	2,57	0,11	1
			Baracklekvár	161,22	38,57	0,09	0,01	0,00	9,48	8,10	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 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
			Összesen:	5 018,11	1 199,59	26,16	33,52	7,86	195,75	35,55	2,11	
			4/26/2024	Laktóz (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 Csontleves	118,12	28,26				1,21	0,75	0,03	4,13	0,02	1,09	9,(1)
Levesbetét	114,71	27,44				1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3
Sült bécsi virsli	616,70	8,39				7,50	12,93	4,70	0,12	0,00	0,00	
Burgonyafőzelék	1 012,85	242,31				4,04	9,10	1,05	35,30	0,00	0,26	
Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42				0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	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
Jégcsapretek	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01				
Összesen:	4 792,25	1 007,31	28,55	44,53	11,50	155,17	26,06	2,25				

Heti étlap 2024.04.22 - 2024.04.26

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b> (05552) Kímélő:TMTO, bors, kuk, méz, tart4-6		Rizstej, Vaniliás növényi túrókrém, Diétás pékáru BL			Almalé, Mátrai diákcsemege, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Salátalevél			Almalé, Padlizsánkrém házi, Diétás pékáru BL			Almalé, Sonkakrém Liga margarinnal, Diétás pékáru BL			Rizstej, Liga margarin , Diétás pékáru BL		
		Energia: 234.13 Kcal / 978.66 Kj			Energia: 346.93 Kcal / 1,450.17 Kj			Energia: 311.87 Kcal / 1,303.62 Kj			Energia: 203.96 Kcal / 852.55 Kj			Energia: 289.53 Kcal / 1,210.24 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.63 g	2.83 g	0.27 g	8.94 g	8.97 g	2.37 g	5.98 g	6.02 g	1.47 g	3.61 g	7.56 g	2.08 g	5.64 g	9.64 g	2.17 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	45.54 g	9.54 g	0.08 g	56.25 g	0.00 g	0.68 g	57.12 g	0.00 g	0.27 g	29.17 g	0.00 g	0.54 g	44.02 g	8.03 g	0.18 g	
	1				1				1				1			
<b>Ebéd</b> (05552) Kímélő:TMTO, bors, kuk, méz, tart4-6		Karfiolkrémleves, Pírtott kenyérbocok, Roston sült sertés, Párolt rizs, Céklasaláta			Vajgaluskaleves , Sárgarépás s.ragu, Tarhonya köret			Vegyes zöldségkrémleves, Gyrosos csirkesült, Sült burgonya, Vegafőlés öntet, Céklasaláta			Gulyásleves, Grízes tészta, Porcukor, Diétás pékáru BL, ebédhez, Alma			Csontleves , Levesbetét, Sült bécsi virsli, Burgonyafőzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez		
		Energia: 562.79 Kcal / 2,352.46 Kj			Energia: 444.67 Kcal / 1,858.72 Kj			Energia: 646.81 Kcal / 2,703.67 Kj			Energia: 1,034.34 Kcal / 4,323.54 Kj			Energia: 403.26 Kcal / 1,685.63 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		28.43 g	24.99 g	4.84 g	12.80 g	23.55 g	6.05 g	20.47 g	30.59 g	4.23 g	22.61 g	19.68 g	3.05 g	13.58 g	23.05 g	5.81 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	55.44 g	0.02 g	2.49 g	44.22 g	2.26 g	3.41 g	71.85 g	0.01 g	3.83 g	188.06 g	17.51 g	0.49 g	68.67 g	1.82 g	1.37 g	
	1				9,(1)			1,9			9,(1)					
<b>Uzsonna</b> (05552) Kímélő:TMTO, bors, kuk, méz, tart4-6		Paprikás szalámi, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Salátalevél			Diétás péksütemény			Szendvics sonka, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Salátalevél			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin, Diétás pékáru BL			Sertés párizsi, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Salátalevél		
		Energia: 255.38 Kcal / 1,067.49 Kj			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 Kj			Energia: 231.96 Kcal / 969.59 Kj			Energia: 137.01 Kcal / 572.70 Kj			Energia: 248.60 Kcal / 1,039.15 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		7.58 g	12.32 g	3.55 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g	10.06 g	8.02 g	2.05 g	0.09 g	14.69 g	3.80 g	8.00 g	11.38 g	3.32 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	28.25 g	0.00 g	0.58 g	31.80 g	18.90 g	0.30 g	29.62 g	0.00 g	0.64 g	0.97 g	0.00 g	0.20 g	28.26 g	0.00 g	0.64 g	
	1				1				1				1			

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-mélyzöld édesítőszer |               |

## Tételes étlap 2024.04.22. - 2024.04.28.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének			
4/22/2024 L-4-6 (05552)	Kímélő: TMTO, bors, kuk, méz, tart4-6	T Rizstej	351,03	83,98	0,06	1,91	0,23	15,85	8,03	0,00			
		Vaníliás növényi túrókrém	34,04	8,14	0,01	0,19	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		
		E Karfiolkrémleves	171,35	40,39	1,53	1,74	0,21	4,82	0,02	0,51			
		Pirított kenyérkocka	108,11	25,86	0,98	0,10	0,03	5,23	0,00	0,00	1		
		Roston sült sertés	1 016,54	243,19	21,00	17,38	3,94	0,40	0,00	1,19			
		Párolt rizs	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,66	42,63	0,00	0,30			
		Céklasaláta	52,24	12,50	0,52	0,04	0,00	2,36	0,00	0,49			
		U Paprikás szalámi	206,56	49,42	1,96	4,58	1,61	0,03	0,00	0,40			
		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:	4 401,19	1 052,30	41,64	40,14	8,66	129,23	9,56	3,15			
		4/23/2024 L-4-6 (05552)	Kímélő: TMTO, bors, kuk, méz,	T Almalé	488,82	116,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01	
Mátrai diákcsemege	100,42			24,03	3,18	1,23	0,43	0,03	0,00	0,49			
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 Vajguskaleves	209,33			50,08	1,47	2,54	0,67	5,21	0,00	1,07			
Sárgarépás s.ragu	888,54			212,52	9,56	16,80	4,88	5,45	0,10	0,88			
Tarhonya köret	761,06			182,07	1,77	4,21	0,50	33,56	2,16	1,46			
U Diétás péksütemény	1 131,94			270,80	1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30			
Összesen:	4 441,06			1 062,40	23,24	44,42	9,32	132,27	21,16	4,39			
4/24/2024 L-4-6 (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	
				Padlizsánkrém házi	221,22	52,92	0,28	5,29	1,43	0,99	0,00	0,18	
				Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1
				E Vegyes zöldségkrémleves	275,23	64,94	1,16	3,65	0,31	7,09	0,00	1,03	9
		Gyrosos csirkesült	334,96	80,14	12,51	2,83	0,39	1,06	0,00	0,10			
		Sült burgonya	2 033,99	486,60	6,18	24,03	3,52	60,83	0,00	2,11	(1)		
		Vegafölös öntet	10,97	2,63	0,10	0,04	0,01	0,51	0,01	0,10			
		Céklasaláta	52,24	12,50	0,52	0,04	0,00	2,36	0,00	0,49			
		U Szendvics sonka	108,70	26,00	4,44	0,28	0,11	1,40	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		
		Salátalevél	1,73	0,41	0,04	0,01	0,00	0,05	0,00	0,00			
		Összesen:	4 980,69	1 190,64	36,51	44,63	7,75	158,59	0,01	4,74			
		4/25/2024 L-4-6 (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	
Sonkakrém Liga margarinnal	358,01			85,65	3,42	7,56	2,08	0,88	0,00	0,53			
Diétás pékáru BL	5,71			1,37	0,05	0,00	0,00	0,29	0,00	0,00	1		
E Gulyásleves	911,33			218,02	13,45	9,15	2,02	19,89	0,02	0,23	9		
Grízes tészta	2 161,71			517,15	7,36	9,63	1,00	98,66	4,50	0,20	1		
Porcukor	167,83			40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00			
Diétás pékáru BL, ebédhez	864,60			206,84	1,20	0,30	0,03	49,02	3,00	0,04			
Alma	218,12			52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02			
U Violife növényi sajt szelet	35,74			8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00			
Liga margarin	531,22			127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
Diétás pékáru BL	5,71			1,37	0,05	0,00	0,00	0,29	0,00	0,00	1		
Összesen:	5 748,80			1 375,31	26,31	41,93	8,93	218,20	17,51	1,23			
4/26/2024 L-4-6 (05552)	Kímélő: TMTO, bors, kuk, méz, tart4-6			T Rizstej	351,03	83,98	0,06	1,91	0,23	15,85	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 Csontleves	118,12	28,26	1,21	0,75	0,03	4,13	0,02	1,09	9,(1)		
		Levesbetét	87,30	20,88	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,00			
		Sült bécsi virsli	616,70	8,39	7,50	12,93	4,70	0,12	0,00	0,00			
		Burgonyafőzelék	1 012,85	242,31	4,03	9,10	1,05	35,29	0,00	0,26			
		Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	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		
		Salátalevél	1,73	0,41	0,04	0,01	0,00	0,05	0,00	0,00			
		Összesen:	4 516,72	941,39	27,22	44,07	11,30	140,95	9,85	2,19			



Heti étlap 2024.04.22 - 2024.04.26

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <p><b>Tízórai</b></p>	<p><b>5572</b> Tej,tojás,rozsmment es <b>4-6 éves</b></p>	Rizstej, Mini méz, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Herba tea citromlé nélkül, Mátrai diákcsemege, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paradicsom			Herba tea citromlé nélkül, Padlizsánkrém házi, Diétás pékáru BL			Herba tea citromlé nélkül, Sonkakrém Liga margarinnal, Diétás pékáru BL			Kakaó rizstejből, Liga margarin , Diétás pékáru BL		
		Energia: 354.96 Kcal / 1,483.73 KJ			Energia: 287.76 Kcal / 1,202.84 KJ			Energia: 248.73 Kcal / 1,039.69 KJ			Energia: 238.64 Kcal / 997.52 KJ			Energia: 346.48 Kcal / 1,448.29 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	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	8.96 g	9.00 g	2.38 g	5.84 g	6.02 g	1.47 g	7.27 g	4.51 g	1.08 g	5.83 g	9.86 g	2.31 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	42.39 g	13.39 g	0.67 g	42.51 g	13.39 g	0.26 g	41.96 g	13.39 g	0.35 g	57.52 g	21.42 g	0.18 g		
1		1			1			1			1					
<p><b>Ebéd</b></p>	<p><b>5572</b> Tej,tojás,rozsmment es <b>4-6 éves</b></p>	Karfiolkrémleves, Pirított kenyérgocka, Rántott halfilé, Kukoricás rizs, Tartármártás			Vajgaluskaleves , Zöldborsós sertésragu, Tarhonya köret			Paradicsomleves, Levesbetét, Gyrosos csirkesült, Sült burgonya, Vegafőlös öntet, Vitaminsaláta			Jókai bableves , Grízes tészta, Baracklevár, Porcukor, Diétás pékáru BL, ebédhez, Alma			Csontleves , Levesbetét, Sült bécsi virsli, Burgonyafőzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez		
		Energia: 645.51 Kcal / 2,698.23 KJ			Energia: 418.18 Kcal / 1,747.99 KJ			Energia: 690.83 Kcal / 2,887.67 KJ			Energia: 715.98 Kcal / 2,992.80 KJ			Energia: 403.27 Kcal / 1,685.67 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		17.60 g	35.55 g	7.64 g	12.47 g	21.86 g	5.89 g	21.84 g	27.78 g	4.02 g	13.65 g	16.82 g	3.53 g	13.59 g	23.05 g	5.81 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
62.77 g	0.54 g	2.30 g	41.87 g	2.17 g	3.67 g	87.39 g	7.31 g	3.45 g	125.66 g	22.16 g	1.71 g	68.68 g	1.82 g	1.38 g		
1,4,10,(12)		9			1,9			1,(12)			9,(1)					
<p><b>Uzsonna</b></p>	<p><b>5572</b> Tej,tojás,rozsmment es <b>4-6 éves</b></p>	Paprikás szalámi, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Paprika			Diétás péksütemény			Szendvics sonka, Liga margarin , Diétás pékáru BL, kigyóuborka			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Diétás pékáru BL			Sertés párizsi, Liga margarin , Diétás pékáru BL, Jégcsapretek		
		Energia: 258.89 Kcal / 1,082.16 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ			Energia: 236.25 Kcal / 987.53 KJ			Energia: 209.83 Kcal / 877.09 KJ			Energia: 251.01 Kcal / 1,049.22 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7.78 g	12.37 g	3.55 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g	10.42 g	8.05 g	2.35 g	5.58 g	8.08 g	1.94 g	8.18 g	11.39 g	3.33 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.80 g	0.00 g	0.58 g	31.80 g	18.90 g	0.30 g	30.25 g	4.40 g	0.65 g	28.47 g	0.00 g	0.18 g	28.74 g	3.12 g	0.65 g		
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

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén	4-hal	7-tejtermék,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: 17783403-5-10

Adószám: 202150334113

Élelmiszervezető


2023.02.24 10:53:17 | QB - Élelem

## Tételes étlap 2024.04.22. - 2024.04.28.

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
4/22/2024	Laktóz (05572)	Tej,tojás,rozsmmentes4-6	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 Karfiolkrémeles	171,35	40,39	1,53	1,74	0,21	4,82	0,02	0,51	
			Pírtott kenyérfocoka	108,11	25,86	0,98	0,10	0,03	5,23	0,00	0,00	1
			Rántott halfilé	1 300,19	311,05	9,68	27,06	3,49	6,21	0,00	0,93	4
			Kukoricás rizs	892,93	213,62	5,18	1,48	0,19	44,65	0,00	0,50	
			Tartármártás	228,18	54,59	0,23	5,17	3,72	1,86	0,52	0,36	10,(12)
			U Paprikás szalámi	206,56	49,42	1,96	4,58	1,61	0,03	0,00	0,40	
			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	
			Összesen:	5 266,68	1 259,36	31,10	57,57	13,36	151,80	24,77	3,06	
4/23/2024	Laktóz (05572)	Tej,tojás,rozsmmentes4-6	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Mátrai diáksemege	100,42	24,03	3,18	1,23	0,43	0,03	0,00	0,49	
			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
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
			E Vajgaluskaleves	209,33	50,08	1,47	2,54	0,68	5,22	0,00	1,08	
			Zöldborsós sertésragu	777,63	186,03	9,23	15,10	4,71	3,08	0,01	1,13	9
			Tarhonya köret	761,07	182,07	1,77	4,22	0,50	33,57	2,16	1,46	
			U Diétás péksütemény	1 131,94	270,80	1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30	
			Összesen:	4 082,81	976,74	22,93	42,76	9,17	116,06	34,46	4,64	
			4/24/2024	Laktóz (05572)	Tej,tojás,rozsmmentes4-6	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39
Padlizsánkrém házi	221,22	52,92				0,28	5,29	1,43	0,99	0,00	0,18	
Diétás pékáru BL	593,61	142,01				5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1
E Paradicsomleves	253,33	60,61				1,83	0,55	0,06	11,98	3,00	0,60	1,9
Levesbetét	87,30	20,89				0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01	
Gyrosos csirkesült	334,96	80,14				12,51	2,83	0,39	1,06	0,00	0,10	
Sült burgonya	2 033,99	486,60				6,18	24,03	3,52	60,83	0,00	2,11	(1)
Vegafőlés öntet	10,97	2,63				0,10	0,04	0,01	0,51	0,01	0,10	
Vitaminaláta	167,05	39,96				0,98	0,21	0,03	8,39	4,00	0,53	
U Szendvics sonka	108,70	26,00				4,44	0,28	0,11	1,40	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
kígyóuborka	19,66	4,70				0,40	0,04	0,30	0,68	4,40	0,01	
Összesen:	4 914,90	1 175,81				38,10	41,85	7,84	160,15	25,10	4,36	
4/25/2024	Laktóz (05572)	Tej,tojás,rozsmmentes4-6	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Sonkakrém Liga margarinnal	179,01	42,83	1,71	3,78	1,04	0,44	0,00	0,27	
			Diétás pékáru BL	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1
			E Jókai bableves	776,22	184,79	8,16	10,26	3,08	14,94	0,00	1,56	
			Grízes tészta	1 240,91	296,87	4,20	5,80	0,43	56,24	2,57	0,11	1
			Baracklekvár	161,22	38,57	0,09	0,01	0,00	9,48	8,10	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 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
			Összesen:	4 871,20	1 164,45	26,50	29,41	6,55	196,09	35,55	2,24	
4/26/2024	Laktóz (05572)	Tej,tojás,rozsmmentes4-6	T Kakaó rizstejből	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 Csontleves	118,12	28,26	1,21	0,75	0,03	4,13	0,02	1,09	9,(1)
			Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01	
			Sült bécsi virsli	616,70	8,39	7,50	12,93	4,70	0,12	0,00	0,00	
			Burgonyafőzelék	1 012,85	242,31	4,04	9,10	1,05	35,30	0,00	0,26	
			Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	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			
Jégcsapretek	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01				
Összesen:	4 764,84	1 000,76	27,60	44,30	11,45	154,94	26,36	2,21				



Heti étlap 2024.04.22 - 2024.04.26

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>5802</b> <b>GM,TM,OM,hal,</b> <b>méz</b> <b>4-6 éves</b>	Rizstej, Mini méz, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea citromlé nélkül, Mátrai diákcsemege, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paradicsom			Herba tea citromlé nélkül, Padlizsánkrém házi, Gluténmentes pékáru			Herba tea citromlé nélkül, Tojáskrém, Gluténmentes pékáru			Karamellás rizstej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru		
		Energia: 358.95 Kcal / 1,500.41 KJ			Energia: 291.75 Kcal / 1,219.52 KJ			Energia: 252.72 Kcal / 1,056.37 KJ			Energia: 279.86 Kcal / 1,169.81 KJ			Energia: 360.77 Kcal / 1,508.02 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	7.04 g	9.27 g	2.54 g	3.92 g	6.29 g	1.63 g	5.01 g	9.20 g	2.41 g	3.72 g	9.92 g	2.33 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			41.76 g 13.79 g 0.94 g			41.88 g 13.79 g 0.53 g			40.99 g 13.79 g 0.49 g			60.14 g 25.16 g 0.45 g				
3																
<b>Ebéd</b>	<b>5802</b> <b>GM,TM,OM,hal,</b> <b>méz</b> <b>4-6 éves</b>	Karfioleves, Kölesgolyó, Rántott halfilé, Kukoricás rizs, Céklassaláta			Vajgaluskaleves , Zöldborsós sertésragu, Tarhonya köret			Paradicsomleves, Levesbetét, Gyrosos csirkesült, Sült burgonya diéta, Vegafőlés öntet, Vitaminsaláta			Jókai bableves , Kukoricadarás tészta, Baracklevár, Porcukor, GM pékáru, ebédhez, Alma			Csontleves , Levesbetét, Sült bécsi virsli, Burgonyafőzelék, GM pékáru, ebédhez		
		Energia: 611.72 Kcal / 2,556.99 KJ			Energia: 351.95 Kcal / 1,471.15 KJ			Energia: 384.76 Kcal / 1,608.30 KJ			Energia: 717.56 Kcal / 2,999.40 KJ			Energia: 343.90 Kcal / 1,437.50 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17.69 g	30.52 g	3.93 g	14.92 g	13.59 g	3.04 g	19.91 g	7.11 g	0.92 g	13.69 g	17.30 g	3.61 g	12.92 g	19.30 g	5.46 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
66.04 g 3.26 g 2.43 g			41.56 g 2.17 g 3.16 g			59.04 g 4.31 g 1.63 g			124.93 g 22.16 g 1.71 g			63.00 g 1.80 g 1.26 g				
4,15,(12)		9		9,15		(12)		9								
<b>Uzsonna</b>	<b>5802</b> <b>GM,TM,OM,hal,</b> <b>méz</b> <b>4-6 éves</b>	Paprikás szalámi, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paprika			Diétás péksütemény			Szendvics sonka, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Kígyóborka			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Sertés párizsi, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Jégcsapretek		
		Energia: 262.88 Kcal / 1,098.84 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ			Energia: 240.24 Kcal / 1,004.20 KJ			Energia: 213.82 Kcal / 893.77 KJ			Energia: 255.00 Kcal / 1,065.90 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.86 g	12.64 g	3.71 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g	8.50 g	8.32 g	2.51 g	3.66 g	8.35 g	2.10 g	6.26 g	11.66 g	3.49 g
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
28.17 g 0.40 g 0.85 g			31.80 g 18.90 g 0.30 g			29.62 g 4.80 g 0.92 g			27.84 g 0.40 g 0.45 g			28.11 g 3.52 g 0.92 g				

Az étlanváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.  
 Etrend 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-szulfid | 15-mesterséges élesztő |               |

## Tételes étlap 2024.04.22. - 2024.04.28.

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének		
4/22/2024	Laktóz (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 Karfiolkrémléves	171,35	40,39	1,53	1,74	0,21	4,82	0,02	0,51	
			Kölesgolyó	88,86	21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,04	0,00	
			Rántott halfilé	1 300,19	311,05	9,68	27,06	3,49	6,21	0,00	0,93	4
			Kukoricás rizs	892,93	213,62	5,18	1,48	0,19	44,65	0,00	0,50	
			Céklasaláta	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49	15,(12)
			U Paprikás szalámi	206,56	49,42	1,96	4,58	1,61	0,03	0,00	0,40	
			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	
			Összesen:	5 158,74	1 233,55	27,35	53,08	9,97	153,81	28,29	3,73	
4/23/2024	Laktóz (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	
			Mátrai diákcsemege	100,42	24,03	3,18	1,23	0,43	0,03	0,00	0,49	
			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	
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
			E Vajgaluskaleves	209,33	50,08	1,47	2,54	0,68	5,22	0,00	1,08	
			Zöldborsós sertésragu	500,76	119,80	11,68	6,83	1,86	2,77	0,01	0,62	9
			Tarhonya köret	761,07	182,07	1,77	4,22	0,50	33,57	2,16	1,46	
			U Diétás péksütemény	1 131,94	270,80	1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30	
			Összesen:	3 822,61	914,50	23,46	34,76	6,48	115,12	34,86	4,40	
			4/24/2024	Laktóz (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
Padlizsánkrém házi	221,22	52,92				0,28	5,29	1,43	0,99	0,00	0,18	
Gluténmentes pékáru	610,28	146,00				3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
E Paradicsomleves	322,05	77,05				1,70	3,56	0,43	9,46	0,00	0,87	9,15
Levesbetét	87,30	20,89				0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01	
Gyrosos csirkesült	334,96	80,14				12,51	2,83	0,39	1,06	0,00	0,10	
Sült burgonya diéta	685,91	164,09				4,38	0,35	0,05	35,00	0,00	0,02	
Vegafőlés öntet	10,97	2,63				0,10	0,04	0,01	0,51	0,01	0,10	
Vitaminaláta	167,05	39,96				0,98	0,21	0,03	8,39	4,00	0,53	
U Szendvics sonka	108,70	26,00				4,44	0,28	0,11	1,40	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	
kígyóuborka	19,66	4,70				0,40	0,04	0,30	0,68	4,40	0,01	
Összesen:	3 668,88	877,72				32,33	21,72	5,06	130,54	22,90	3,08	
4/25/2024	Laktóz (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	
			Tojáskrém	334,66	80,06	1,37	8,20	2,21	0,10	0,00	0,14	3
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			E Jókai bableves	776,22	184,79	8,16	10,26	3,08	14,94	0,00	1,56	
			Kukoricadarás tészta	1 247,52	298,45	4,24	6,28	0,51	55,51	2,57	0,11	
			Baracklekvár	161,22	38,57	0,09	0,01	0,00	9,48	8,10	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 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				
Összesen:	5 066,80	1 211,24	22,36	34,85	8,12	193,76	36,35	2,65				
4/26/2024	Laktóz (05802)	GM, TM, OM, hal, citr 4-6	T Karamellás rizstej	632,16	151,23	0,06	1,92	0,23	32,60	24,76	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 Csontleves	95,71	22,90	0,98	0,53	0,01	3,49	0,00	1,09	9
			Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01	
			Sült bécsi virsli	616,70	8,39	7,50	12,93	4,70	0,12	0,00	0,00	
			Burgonyafőzelék	787,10	188,30	3,60	5,57	0,72	30,26	0,00	0,14	
			GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	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	
Jégcsapretek	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01				
Összesen:	4 593,10	959,67	22,90	40,88	11,28	151,25	30,48	2,63				

Heti étlap 2024.04.22 - 2024.04.26

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b>  Tízórai	(05902) Gluténmentes4-6	Tej, Mini méz, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea citromlé nélkül, Mátrai diákcsemege, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paradicsom			Herba tea citromlé nélkül, Padlizsánkrém házi, Gluténmentes pékáru			Herba tea citromlé nélkül, Tojáskrém, Gluténmentes pékáru			Karamellás tej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru		
		Energia: 372.03 Kcal / 1,555.09 KJ			Energia: 291.75 Kcal / 1,219.52 KJ			Energia: 252.72 Kcal / 1,056.37 KJ			Energia: 279.86 Kcal / 1,169.81 KJ			Energia: 374.34 Kcal / 1,564.74 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		10.54 g	11.00 g	3.73 g	7.04 g	9.27 g	2.54 g	3.92 g	6.29 g	1.63 g	5.01 g	9.20 g	2.41 g	10.49 g	11.02 g	3.73 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	41.76 g	13.79 g	0.94 g	41.88 g	13.79 g	0.53 g	40.99 g	13.79 g	0.49 g	54.93 g	17.14 g	0.72 g		
		7						3			7					
Ebéd	(05902) Gluténmentes4-6	Karfiolkrémleves, Kölesgolyó, Rántott halfilé, Kukoricás rizs, Tartármártás			Vajgaluskaleves , Zöldborsós sertésragu, Tarhonya köret			Paradicsomleves, Levesbetét, Gyrosos csirkesült, Sült burgonya diéta, Joghurtos öntet, Vitaminsaláta			Jókai bableves , Kukoricadarás tészta, Baracklevár, Porcukor, GM pékáru, ebédhez, Alma			Csontleves , Levesbetét, Sült bécsi virsli, Burgonyafőzelék, GM pékáru, ebédhez		
		Energia: 620.96 Kcal / 2,595.61 KJ			Energia: 351.95 Kcal / 1,471.15 KJ			Energia: 449.46 Kcal / 1,878.74 KJ			Energia: 717.56 Kcal / 2,999.40 KJ			Energia: 343.90 Kcal / 1,437.50 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		17.69 g	33.42 g	5.11 g	14.92 g	13.59 g	3.04 g	23.31 g	10.71 g	2.87 g	13.69 g	17.30 g	3.61 g	12.92 g	19.30 g	5.46 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
61.97 g	0.58 g	2.05 g	41.56 g	2.17 g	3.16 g	63.64 g	4.31 g	1.93 g	124.93 g	22.16 g	1.71 g	63.00 g	1.80 g	1.26 g		
		4,7,10,(12)			9			7,9,15			(12)			9		
Uzsonna	(05902) Gluténmentes4-6	Paprikás szalámi, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paprika			Diétás péksütemény			Szendvics sonka, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, kigyóuborka			Sajt szelet, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Sertés párizsi, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Jégcsapretek		
		Energia: 262.88 Kcal / 1,098.84 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ			Energia: 240.24 Kcal / 1,004.20 KJ			Energia: 280.08 Kcal / 1,170.73 KJ			Energia: 255.00 Kcal / 1,065.90 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		5.86 g	12.64 g	3.71 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g	8.50 g	8.32 g	2.51 g	8.90 g	13.32 g	5.48 g	6.26 g	11.66 g	3.49 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.17 g	0.40 g	0.85 g	31.80 g	18.90 g	0.30 g	29.62 g	4.80 g	0.92 g	27.88 g	0.40 g	0.85 g	28.11 g	3.52 g	0.92 g		
								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,le | 10-mustár            | 13-csillagfűrt             | 16-édesgyökér |
| 2-rák    | 5-földimogyoró | 8-diófélék     | 11-szezám            | 14-puhatestűek             |               |
| 3-tojás  | 6-szója        | 9-zeller       | 12-kéndioxid-szulfít | 15-mesterséges édesítőszer |               |

## Tételes étlap 2024.04.22. - 2024.04.28.

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének				
4/22/2024	Laktóz (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	Karfiolkrémléves	171,35	40,39	1,53	1,74	0,21	4,82	0,02	0,51		
			Kölesgolyó	88,86	21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,04	0,00			
			Rántott halfilé	1 300,19	311,05	9,68	27,06	3,49	6,21	0,00	0,93	4		
			Kukoricás rizs	892,93	213,62	5,18	1,48	0,19	44,65	0,00	0,50			
			Tartármártás	144,80	34,64	0,52	2,94	1,18	1,49	0,52	0,11	7,10,(12)		
			U	Paprikás szalámi	206,56	49,42	1,96	4,58	1,61	0,03	0,00	0,40		
			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			
			Összesen:		5 252,07	1 255,87	34,09	57,06	12,55	144,48	17,58	3,62		
4/23/2024	Laktóz (05902)	Gluténmentes4-6	T	Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00		
			Mátrai diákcsemege	100,42	24,03	3,18	1,23	0,43	0,03	0,00	0,49			
			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			
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00			
			E	Vajgaluskaleves	209,33	50,08	1,47	2,54	0,68	5,22	0,00	1,08		
			Zöldborsós sertésragu	500,76	119,80	11,68	6,83	1,86	2,77	0,01	0,62	9		
			Tarhonya köret	761,07	182,07	1,77	4,22	0,50	33,57	2,16	1,46			
			U	Diétás péksütemény	1 131,94	270,80	1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30		
			Összesen:		3 822,61	914,50	23,46	34,76	6,48	115,12	34,86	4,40		
			4/24/2024	Laktóz (05902)	Gluténmentes4-6	T	Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39
Padlizsánkrém házi	221,22	52,92				0,28	5,29	1,43	0,99	0,00	0,18			
Gluténmentes pékáru	610,28	146,00				3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35			
E	Paradicsomleves	322,05				77,05	1,70	3,56	0,43	9,46	0,00	0,87	9,15	
Levesbetét	87,30	20,89				0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01			
Gyrosos csirkesült	334,96	80,14				12,51	2,83	0,39	1,06	0,00	0,10			
Sült burgonya diéta	685,91	164,09				4,38	0,35	0,05	35,00	0,00	0,02			
Joghurtos öntet	281,45	67,33				3,50	3,64	1,96	5,11	0,01	0,40	7,9		
Vitaminaláta	167,05	39,96				0,98	0,21	0,03	8,39	4,00	0,53			
U	Szendvics sonka	108,70				26,00	4,44	0,28	0,11	1,40	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			
kígyóuborka	19,66	4,70				0,40	0,04	0,30	0,68	4,40	0,01			
Összesen:		3 939,36				942,42	35,73	25,32	7,01	135,14	22,90	3,38		
4/25/2024	Laktóz (05902)	Gluténmentes4-6	T	Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00		
			Tojáskrém	334,66	80,06	1,37	8,20	2,21	0,10	0,00	0,14	3		
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35			
			E	Jókai bableves	776,22	184,79	8,16	10,26	3,08	14,94	0,00	1,56		
			Kukoricadarás tészta	1 247,52	298,45	4,24	6,28	0,51	55,51	2,57	0,11			
			Baracklekvár	161,22	38,57	0,09	0,01	0,00	9,48	8,10	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	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			
			Összesen:		5 343,77	1 277,50	27,60	39,82	11,50	193,80	36,35	3,05		
4/26/2024	Laktóz (05902)	Gluténmentes4-6	T	Karamellás tej	688,87	164,80	6,83	3,02	1,63	27,39	16,74	0,27	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			
			E	Csontleves	95,71	22,90	0,98	0,53	0,01	3,49	0,00	1,09	9	
			Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01			
			Sült bécsi virsli	616,70	8,39	7,50	12,93	4,70	0,12	0,00	0,00			
			Burgonyafőzelék	787,10	188,30	3,60	5,57	0,72	30,26	0,00	0,14			
			GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	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			
Jégcsapretek	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01						
Összesen:		4 649,81	973,24	29,67	41,98	12,68	146,04	22,46	2,90					

Heti étlap 2024.04.22 - 2024.04.26

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b>  Tízórai	(06002) Glutén,tej,tojás,cm ,OM,szója4-6	Rizstej, Mini méz, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Herba tea citromlé nélkül, Mátrai diákcsemege, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paradicsom			Herba tea citromlé nélkül, Padlizsánkrém házi, Gluténmentes pékáru			Herba tea citromlé nélkül, Sonkakrém Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru			Karamellás rizstej, Liga margarin , Gluténmentes pékáru		
		Energia: 358.95 Kcal / 1,500.41 KJ			Energia: 291.75 Kcal / 1,219.52 KJ			Energia: 252.72 Kcal / 1,056.37 KJ			Energia: 242.63 Kcal / 1,014.19 KJ			Energia: 360.77 Kcal / 1,508.02 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	7.04 g	9.27 g	2.54 g	3.92 g	6.29 g	1.63 g	5.35 g	4.78 g	1.24 g	3.72 g	9.92 g	2.33 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	41.76 g	13.79 g	0.94 g	41.88 g	13.79 g	0.53 g	41.33 g	13.79 g	0.62 g	60.14 g	25.16 g	0.45 g		
Ebéd	(06002) Glutén,tej,tojás,cm ,OM,szója4-6	Karfiolkrémleves, Kölesgolyó, Rántott halfilé, Kukoricás rizs, Céklasaláta			Vajgaluskaleves , Zöldborsós sertésragu, Tarhonya köret			Paradicsomleves, Levesbetét, Gyrosos csirkesült, Sült burgonya diéta, Vegafölös öntet, Vitaminsaláta			Jókai bableves , Kukoricadarás tészta, Baracklevár, Porcukor, GM pékáru, ebédhez, Alma			Csontleves , Levesbetét, Sült bécsi virsli, Burgonyafőzelék, GM pékáru, ebédhez		
		Energia: 611.72 Kcal / 2,556.99 KJ			Energia: 351.95 Kcal / 1,471.15 KJ			Energia: 384.76 Kcal / 1,608.30 KJ			Energia: 717.56 Kcal / 2,999.40 KJ			Energia: 343.90 Kcal / 1,437.50 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		17.69 g	30.52 g	3.93 g	14.92 g	13.59 g	3.04 g	19.91 g	7.11 g	0.92 g	13.69 g	17.30 g	3.61 g	12.92 g	19.30 g	5.46 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
66.04 g	3.26 g	2.43 g	41.56 g	2.17 g	3.16 g	59.04 g	4.31 g	1.63 g	124.93 g	22.16 g	1.71 g	63.00 g	1.80 g	1.26 g		
4,15,(12)		9		9,15		(12)		9								
Uzsonna	(06002) Glutén,tej,tojás,cm ,OM,szója4-6	Paprikás szalámi, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Paprika			Diétás péksütemény			Szendvics sonka, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, kígyóborka			Violife növényi sajt szelet, Liga margarin , Gluténmentes pékáru			Sertés párizsi, Liga margarin , Gluténmentes pékáru, Jégcsapretek		
		Energia: 262.88 Kcal / 1,098.84 KJ			Energia: 270.80 Kcal / 1,131.94 KJ			Energia: 240.24 Kcal / 1,004.20 KJ			Energia: 213.82 Kcal / 893.77 KJ			Energia: 255.00 Kcal / 1,065.90 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		5.86 g	12.64 g	3.71 g	1.50 g	11.90 g	0.90 g	8.50 g	8.32 g	2.51 g	3.66 g	8.35 g	2.10 g	6.26 g	11.66 g	3.49 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28.17 g	0.40 g	0.85 g	31.80 g	18.90 g	0.30 g	29.62 g	4.80 g	0.92 g	27.84 g	0.40 g	0.45 g	28.11 g	3.52 g	0.92 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-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer |               |


**Jó étvágyat kívánunk!**  
**eatrend Danubia Kft.**  
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Csepportos adószám: 17783408-5-10  
 Adószám: 26215833-4-13  
 Élelmezésvezető

## Tételes étlap 2024.04.22. - 2024.04.28.

Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének				
4/22/2024	Laktóz (06002)	Glutén,tejt,tojás,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 Karfiolkrémeleves	171,35	40,39	1,53	1,74	0,21	4,82	0,02	0,51			
			Kölesgolyó	88,86	21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,04	0,00			
			Rántott halfilé	1 300,19	311,05	9,68	27,06	3,49	6,21	0,00	0,93	4		
			Kukoricás rizs	892,93	213,62	5,18	1,48	0,19	44,65	0,00	0,50			
			Céklasaláta	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49	15,(12)		
			U Paprikás szalámi	206,56	49,42	1,96	4,58	1,61	0,03	0,00	0,40			
			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			
Összesen:	5 158,74	1 233,55	27,35	53,08	9,97	153,81	28,29	3,73						
4/23/2024	Laktóz (06002)	Glutén,tejt,tojás,OM,szója4-6	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
			Mátrai diákcsemege	100,42	24,03	3,18	1,23	0,43	0,03	0,00	0,49			
			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			
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00			
			E Vajgaluskaleves	209,33	50,08	1,47	2,54	0,68	5,22	0,00	1,08			
			Zöldborsós sertésragu	500,76	119,80	11,68	6,83	1,86	2,77	0,01	0,62	9		
			Tarhonya köret	761,07	182,07	1,77	4,22	0,50	33,57	2,16	1,46			
			U Diétás péksütemény	1 131,94	270,80	1,50	11,90	0,90	31,80	18,90	0,30			
			Összesen:	3 822,61	914,50	23,46	34,76	6,48	115,12	34,86	4,40			
			4/24/2024	Laktóz (06002)	Glutén,tejt,tojás,OM,szója4-6	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00
						Padlizsánkrém házi	221,22	52,92	0,28	5,29	1,43	0,99	0,00	0,18
						Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35
E Paradicsomleves	322,05	77,05				1,70	3,56	0,43	9,46	0,00	0,87	9,15		
Levesbetét	87,30	20,89				0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01			
Gyrosos csirkesült	334,96	80,14				12,51	2,83	0,39	1,06	0,00	0,10			
Sült burgonya diéta	685,91	164,09				4,38	0,35	0,05	35,00	0,00	0,02			
Vegafőlés öntet	10,97	2,63				0,10	0,04	0,01	0,51	0,01	0,10			
Vitaminaláta	167,05	39,96				0,98	0,21	0,03	8,39	4,00	0,53			
U Szendvics sonka	108,70	26,00				4,44	0,28	0,11	1,40	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			
kígyóuborka	19,66	4,70				0,40	0,04	0,30	0,68	4,40	0,01			
Összesen:	3 668,88	877,72	32,33	21,72	5,06	130,54	22,90	3,08						
4/25/2024	Laktóz (06002)	Glutén,tejt,tojás,OM,szója4-6	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
			Sonkakrém Liga margarinnal	179,01	42,83	1,71	3,78	1,04	0,44	0,00	0,27			
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35			
			E Jókai bableves	776,22	184,79	8,16	10,26	3,08	14,94	0,00	1,56			
			Kukoricadarás tészta	1 247,52	298,45	4,24	6,28	0,51	55,51	2,57	0,11			
			Baracklekvár	161,22	38,57	0,09	0,01	0,00	9,48	8,10	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 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			
			Összesen:	4 911,15	1 174,01	22,70	30,43	6,95	194,10	36,35	2,78			
4/26/2024	Laktóz (06002)	Glutén,tejt,tojás,OM,szója4-6	T Karamellás rizstej	632,16	151,23	0,06	1,92	0,23	32,60	24,76	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 Csontleves	95,71	22,90	0,98	0,53	0,01	3,49	0,00	1,09	9		
			Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01			
			Sült bécsi virsli	616,70	8,39	7,50	12,93	4,70	0,12	0,00	0,00			
			Burgonyafőzelék	787,10	188,30	3,60	5,57	0,72	30,26	0,00	0,14			
			GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	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			
			Jégcsapretek	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01			
			Összesen:	4 593,10	959,67	22,90	40,88	11,28	151,25	30,48	2,63			



Heti étlap 2024.04.22 - 2024.04.26

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>eatrend</b>  <b>Tízórai</b>	(06361) Diab. 5-35-5 g CH T-E-U	Herba tea édesítőszerrel, Álom sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB , Alma			Herba tea édesítőszerrel, Mátrai diákcsemege, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB , Paradicsom, Alma			Herba tea édesítőszerrel, Padlizsánkrém házi, Diétás pékáru BL DIAB , Alma			Herba tea édesítőszerrel, Tojáskrém, Diétás pékáru BL DIAB , Alma			Herba tea édesítőszerrel, Csirkemellsonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB , Alma		
		Energia: 278.14 Kcal / 1,162.63 KJ			Energia: 290.74 Kcal / 1,215.29 KJ			Energia: 207.47 Kcal / 867.22 KJ			Energia: 266.96 Kcal / 1,115.89 KJ			Energia: 278.14 Kcal / 1,162.63 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9.48 g	15.99 g	4.19 g	9.44 g	17.41 g	4.70 g	2.98 g	11.42 g	2.86 g	5.38 g	17.27 g	4.44 g	9.48 g	15.99 g	4.19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
22.66 g	0.04 g	1.10 g	22.64 g	0.04 g	1.24 g	21.84 g	0.04 g	0.39 g	21.10 g	0.04 g	0.32 g	22.66 g	0.04 g	1.10 g		
1,15			1,15			1,15			1,3,15			1,15				
<b>Ebéd</b>	(06361) Diab. 5-35-5 g CH T-E-U	Karfiolkrémleves, Kölesgolyó, Rántott halfilé, Kukoricás rizs, Céklasaláta			Vajgaluskaleves, Zöldborsós sertésragu, Tarhonya köret			Paradicsomleves, Levesbetét, Gyrosos csirkesült, Sült burgonya, Joghurtos öntet, Vitaminsaláta			Jókai bableves , Túrófelfújt, Alma			Csontleves , Levesbetét, Sült bécsi virsli, Burgonyafőzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez		
		Energia: 380.72 Kcal / 1,591.41 KJ			Energia: 406.54 Kcal / 1,699.34 KJ			Energia: 408.57 Kcal / 1,707.82 KJ			Energia: 367.03 Kcal / 1,534.19 KJ			Energia: 246.65 Kcal / 1,031.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.71 g	20.32 g	2.57 g	15.75 g	21.50 g	5.91 g	30.50 g	16.78 g	2.81 g	19.33 g	15.86 g	5.32 g	19.55 g	34.22 g	10.05 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
37.97 g	8.02 g	2.70 g	36.95 g	0.02 g	3.14 g	33.43 g	4.80 g	1.74 g	36.09 g	0.03 g	1.26 g	34.28 g	0.62 g	1.20 g		
4,15,(12)			1,3,9,(7)			1,3,7,9,15			1,7,9,15			1,3,9				
<b>Uzsonna</b>	(06361) Diab. 5-35-5 g CH T-E-U	Paprikás szalámi, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB , paprika			Diétás péksütemény			Szendvics sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB , kényőborka			Sajt szelet, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB			Sertés párizsi, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB , Jégcsapretek		
		Energia: 259.79 Kcal / 1,085.92 KJ			Energia: 40.62 Kcal / 169.79 KJ			Energia: 199.42 Kcal / 833.58 KJ			Energia: 294.19 Kcal / 1,229.71 KJ			Energia: 238.85 Kcal / 998.39 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		5.46 g	23.41 g	7.03 g	0.22 g	1.78 g	0.13 g	9.93 g	14.68 g	4.31 g	11.54 g	24.77 g	10.58 g	6.05 g	21.42 g	6.56 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
6.50 g	0.00 g	1.01 g	4.77 g	2.83 g	0.04 g	6.65 g	4.40 g	1.13 g	5.92 g	0.00 g	1.01 g	5.33 g	6.24 g	1.14 g		
1						1			1,7			1				

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 |               |
- Quadro Byte Zrt 11 Oldalak

**Jó étvágyat kívánunk!**


**Eatrend Danubia Kft.**  
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.  
 Cseppos adószám: 17783408-5-13  
 Adószám: 26215833-4-13  
**Élelmiszevezető**

2023.02.24 10:49:16 | QB - Élelem

## Tételes étlap 2024.04.22. - 2024.04.28.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
4/22/2024 L. SZÉK (06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	T	Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15	
		Álom 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	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
	E	Karfiolkrémleves	205,61	48,46	1,84	2,09	0,25	5,78	0,02	0,61	
		Kölesgolyó	14,81	3,54	0,13	0,03	0,01	0,80	0,01	0,00	
		Rántott halfilé	780,11	186,63	5,81	16,24	2,09	3,73	0,00	0,56	4
		Kukoricás rizs	328,55	78,60	1,62	1,86	0,22	13,75	0,00	0,30	
		Céklasaláta	265,38	63,49	1,31	0,10	0,00	13,91	7,99	1,23	15,(12)
	U	Paprikás szalámi	413,11	98,83	3,92	9,16	3,22	0,06	0,00	0,80	
		Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
		Diétás pékáru BL DIAB paprika	108,83	26,03	1,02	0,13	0,01	5,16	0,00	0,01	1
	Összesen:	3 843,00	918,65	25,65	59,72	13,79	67,13	8,06	4,81		
4/23/2024 L. SZÉK (06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	T	Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15	
		Mátrai diákcsemege	200,84	48,05	6,36	2,46	0,86	0,06	0,00	0,98	
		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
		Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01	
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
	E	Vajjaluskaleves	225,47	53,94	1,24	2,38	0,64	6,78	0,01	1,27	1,3,9,(7)
		Zöldborsós sertésragu	785,81	187,99	9,07	15,11	4,73	3,68	0,01	0,47	9
		Tarhonya köret	688,07	164,61	5,44	4,01	0,54	26,49	0,00	1,40	1,3
	U	Diétás péksütemény	169,79	40,62	0,23	1,79	0,14	4,77	2,84	0,05	
		Összesen:	3 084,42	737,90	25,42	40,70	10,75	64,36	2,90	4,43	
	4/24/2024 L. SZÉK (06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	T	Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15
			Padlizsánkrém házi	442,43	105,84	0,55	10,58	2,85	1,98	0,00	0,35
		Diétás pékáru BL DIAB	195,89	46,86	1,83	0,24	0,01	9,28	0,00	0,02	1
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
E		Paradicsomleves	261,22	62,49	1,02	4,18	0,30	5,29	0,00	0,28	9,15
		Levesbetét	16,39	3,92	0,17	0,05	0,01	0,69	0,00	0,01	1,3
		Gyrosos csirkesült	669,92	160,27	25,02	5,65	0,78	2,12	0,00	0,19	
		Sült burgonya	406,80	97,32	1,24	4,81	0,70	12,17	0,00	0,42	(1)
		Joghurtos öntet	140,73	33,67	1,75	1,82	0,98	2,56	0,01	0,20	7,9
		Vitaminaláta	212,74	50,90	1,30	0,27	0,04	10,60	4,79	0,64	
U		Szendvics sonka	217,39	52,01	8,88	0,56	0,21	2,80	0,00	0,92	
		Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
		Diétás pékáru BL DIAB kigyóborka	65,29	15,62	0,61	0,08	0,00	3,09	0,00	0,00	1
	Összesen:	3 408,62	815,46	43,41	42,88	9,98	61,92	9,24	3,26		
4/25/2024 L. SZÉK (06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	T	Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15	
		Tojáskrém	669,31	160,12	2,74	16,40	4,42	0,20	0,00	0,27	3
		Diétás pékáru BL DIAB	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
	E	Jókai bableves	730,43	173,84	8,91	8,02	2,26	16,61	0,03	0,86	1,7,9
		Túrófelfújt	589,41	141,01	9,82	7,24	3,06	8,98	0,00	0,38	7,15
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
	U	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	108,83	26,03	1,02	0,13	0,01	5,16	0,00	0,01	1
		Összesen:	3 883,60	928,18	36,25	57,90	20,34	63,11	0,07	2,59	
	4/26/2024 L. SZÉK (06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	T	Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	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	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
E		Csontleves	270,13	64,17	0,90	5,59	0,40	2,90	0,02	1,05	9
		Levesbetét	163,87	39,20	1,70	0,50	0,09	6,93	0,00	0,07	1,3
		Sült bécsi virsli	1 198,32	8,39	15,00	24,93	9,30	0,24	0,00	0,00	
		Burgonyafőzelék	390,89	93,52	1,71	3,14	0,25	14,41	0,00	0,07	
		Diétás pékáru BL, ebédhez	172,92	41,37	0,24	0,06	0,01	9,80	0,60	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	87,06	20,82	0,81	0,10	0,00	4,12	0,00	0,01	1
	Jégcsapretek	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	6,24	0,02		
	Összesen:	4 357,13	763,64	35,08	71,63	20,80	62,27	6,90	3,44		

Heti étlap 2024.04.22 - 2024.04.26

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>(06381) Diab. (20-5-30-10-5 gr CH)-TTEUU</b>	Herba tea édesítőszerrel, Álom sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, Mandarin			Herba tea édesítőszerrel, Mátrai diákcsemege, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, Paradicsom, Mandarin			Herba tea édesítőszerrel, Padlizsánkrém házi, Diétás pékáru BL DIAB, Mandarin			Herba tea édesítőszerrel, Tojáskrém, Diétás pékáru BL DIAB, Mandarin			Herba tea édesítőszerrel, Csirkemellsonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, Mandarin		
		Energia: 345.99 Kcal / 1,446.24 KJ			Energia: 358.59 Kcal / 1,498.91 KJ			Energia: 270.35 Kcal / 1,130.06 KJ			Energia: 334.81 Kcal / 1,399.51 KJ			Energia: 345.99 Kcal / 1,446.24 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11.87 g	16.09 g	4.20 g	11.83 g	17.51 g	4.71 g	5.18 g	11.49 g	2.87 g	7.77 g	17.37 g	4.45 g	11.87 g	16.09 g	4.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
36.70 g	0.04 g	1.11 g	36.68 g	0.04 g	1.25 g	34.90 g	0.04 g	0.40 g	35.14 g	0.04 g	0.33 g	36.70 g	0.04 g	1.11 g		
1,15			1,15			1,15			1,3,15			1,15				
<b>Ebéd</b>	<b>(06381) Diab. (20-5-30-10-5 gr CH)-TTEUU</b>	Karfiolekrémleves, Kölesgolyó, Rántott halfilé, Kukoricás rizs, Céklasaláta			Vajgaluskaleves, Zöldborsós sertésragu, Tarhonya köret			Paradicsomleves, Levesbetét, Gyrosos csirkesült, Sült burgonya, Joghurtos öntet, Vitaminsaláta			Jókai bableves, Túrófelfújt, Alma			Csontleves, Levesbetét, Sült bécsi virsli, Burgonyafőzelék, Diétás pékáru BL, ebédhez		
		Energia: 354.52 Kcal / 1,481.89 KJ			Energia: 379.10 Kcal / 1,584.64 KJ			Energia: 392.94 Kcal / 1,642.49 KJ			Energia: 296.99 Kcal / 1,241.42 KJ			Energia: 215.47 Kcal / 900.66 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.17 g	19.70 g	2.49 g	14.84 g	20.83 g	5.82 g	30.24 g	15.73 g	2.73 g	15.08 g	12.44 g	4.09 g	18.98 g	33.17 g	9.96 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33.38 g	8.02 g	2.59 g	32.53 g	0.02 g	2.91 g	32.10 g	4.80 g	1.67 g	30.51 g	0.02 g	0.98 g	29.47 g	0.62 g	1.17 g		
4,15,(12)			1,3,9,(7)			1,3,7,9,15			1,7,9,15			1,3,9				
<b>Uzsonna</b>	<b>(06381) Diab. (20-5-30-10-5 gr CH)-TTEUU</b>	Paprikás szalámi, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, paprika, Mandarin			Diétás péksütemény, Mandarin			Szendvics sonka, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, kigyóuborka, Mandarin			Sajt szelet, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, Mandarin			Sertés párizsi, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, Jégcsapretek, Mandarin		
		Energia: 309.27 Kcal / 1,292.75 KJ			Energia: 104.68 Kcal / 437.56 KJ			Energia: 248.89 Kcal / 1,040.36 KJ			Energia: 343.67 Kcal / 1,436.54 KJ			Energia: 293.54 Kcal / 1,227.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.83 g	23.70 g	7.04 g	0.80 g	3.72 g	0.27 g	11.30 g	14.96 g	4.32 g	12.91 g	25.06 g	10.59 g	7.63 g	21.74 g	6.58 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
16.56 g	0.00 g	1.03 g	14.44 g	5.67 g	0.09 g	16.71 g	4.40 g	1.15 g	15.98 g	0.00 g	1.03 g	16.43 g	6.24 g	1.16 g		
1						1			1,7			1				

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

Allergén lista (kód-allergén)

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

**Jó étvágyat kívánunk!**

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

2023.02.24 10:49:16 | QB - Élelem

## Tételes étlap 2024.04.22. - 2024.04.28.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének				
4/22/2024	László (06381)	Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	T	Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	15			
			Álom 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	425,42	101,77	3,98	0,52	0,03	20,16	0,00	0,06	1			
			Mandarin	293,97	70,33	1,05	0,45	0,00	14,70	0,00	0,00				
			E	Karfiolkrémleves	205,61	48,46	1,84	2,09	0,25	5,78	0,02	0,61			
			Kölesgolyó	14,81	3,54	0,13	0,03	0,01	0,80	0,01	0,00				
			Rántott halfilé	780,11	186,63	5,81	16,24	2,09	3,73	0,00	0,56	4			
			Kukoricás rizs	219,03	52,40	1,08	1,24	0,15	9,17	0,00	0,20				
			Céklasaláta	265,38	63,49	1,31	0,10	0,00	13,91	7,99	1,23	15,(12)			
			U	Paprikás szalámi	413,11	98,83	3,92	9,16	3,22	0,06	0,00	0,80			
			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			
			paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00				
			Mandarin	97,99	23,44	0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00				
			Összesen:	4 223,91	1 009,78	28,87	59,49	13,74	86,65	8,06	4,74				
			4/23/2024	László (06381)	Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-	T	Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	15
Mátrai diákcsemege	200,84	48,05				6,36	2,46	0,86	0,06	0,00	0,98				
Liga margarin	531,22	127,09				0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20				
Diétás pékáru BL DIAB	425,42	101,77				3,98	0,52	0,03	20,16	0,00	0,06	1			
Paradicsom	36,62	8,76				0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01				
Mandarin	293,97	70,33				1,05	0,45	0,00	14,70	0,00	0,00				
E	Vajgaluskaleves	225,47				53,94	1,24	2,38	0,64	6,78	0,01	1,27	1,3,9,(7)		
Zöldborsós sertésragu	785,81	187,99				9,07	15,11	4,73	3,68	0,01	0,47	9			
Tarhonya köret	573,40	137,18				4,53	3,35	0,45	22,08	0,00	1,17	1,3			
U	Diétás péksütemény	339,58				81,24	0,45	3,57	0,27	9,54	5,67	0,09			
Mandarin	97,99	23,44				0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00				
Összesen:	3 521,14	842,38				27,47	42,07	10,80	83,66	5,73	4,25				
4/24/2024	László (06381)	Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU				T	Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	15
						Padlizsánkrém házi	442,43	105,84	0,55	10,58	2,85	1,98	0,00	0,35	
						Diétás pékáru BL DIAB	382,87	91,59	3,58	0,46	0,02	18,14	0,00	0,05	1
						Mandarin	293,97	70,33	1,05	0,45	0,00	14,70	0,00	0,00	
						E	Paradicsomleves	195,92	46,87	0,77	3,13	0,23	3,97	0,00	0,21
			Levesbetét	16,39	3,92	0,17	0,05	0,01	0,69	0,00	0,01	1,3			
			Gyrosos csirkesült	669,92	160,27	25,02	5,65	0,78	2,12	0,00	0,19				
			Sült burgonya	406,80	97,32	1,24	4,81	0,70	12,17	0,00	0,42	(1)			
			Joghurtos öntet	140,73	33,67	1,75	1,82	0,98	2,56	0,01	0,20	7,9			
			Vitaminsaláta	212,74	50,90	1,30	0,27	0,04	10,60	4,79	0,64				
			U	Szendvics sonka	217,39	52,01	8,88	0,56	0,21	2,80	0,00	0,92			
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20				
			Diétás pékáru BL DIAB	174,12	41,65	1,63	0,21	0,01	8,25	0,00	0,02	1			
			kigyóborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	4,40	0,01				
			Mandarin	97,99	23,44	0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00				
			Összesen:	3 812,97	912,19	46,73	42,18	9,93	83,72	9,24	3,22				
			4/25/2024	László (06381)	Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-	T	Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	15
Tojáskrém	669,31	160,12				2,74	16,40	4,42	0,20	0,00	0,27	3			
Diétás pékáru BL DIAB	425,42	101,77				3,98	0,52	0,03	20,16	0,00	0,06	1			
Mandarin	293,97	70,33				1,05	0,45	0,00	14,70	0,00	0,00				
E	Jókai bableves	584,34				139,07	7,12	6,41	1,80	13,29	0,02	0,69	1,7,9		
Túrófelfújt	442,06	105,76				7,37	5,43	2,30	6,73	0,00	0,29	7,15			
Alma	218,12	52,18				0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02				
U	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	217,66	52,07				2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1			
Mandarin	97,99	23,44				0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00				
Összesen:	4 080,59	975,49				35,77	54,87	19,14	81,64	0,06	2,36				
4/26/2024	László (06381)	Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU				T	Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	15
						Csirkeemlisonka	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	425,42	101,77	3,98	0,52	0,03	20,16	0,00	0,06	1
						Mandarin	293,97	70,33	1,05	0,45	0,00	14,70	0,00	0,00	
			E	Csontleves	270,13	64,17	0,90	5,59	0,40	2,90	0,02	1,05	9		
			Levesbetét	163,87	39,20	1,70	0,50	0,09	6,93	0,00	0,07	1,3			
			Sült bécsi virsli	1 198,32	8,39	15,00	24,93	9,30	0,24	0,00	0,00				
			Burgonyafőzelék	260,59	62,34	1,14	2,09	0,16	9,61	0,00	0,04				
			Diétás pékáru BL, ebédhez	172,92	41,37	0,24	0,06	0,01	9,80	0,60	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			
			Jégcsapretek	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	6,24	0,02				
			Mandarin	97,99	23,44	0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00				
			Összesen:	4 739,03	855,00	38,48	71,00	20,74	82,61	6,90	3,44				