

18. hét

Óvodás, iskolás étlap

04.29. - 05.03.	Hétfő	Kedd	Szerda - ÜNNEPNAP	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Macikávét Kifli	Barackos tea Kenőmájas Korpás kenyér Uborka		Citromos tea Sonkakrém Graham kenyér	Tej Fatörzs kifli
Leves	Magyaros karfiollevés Levesbetét	Tavaszi zöldséglevés		Palócgulyás Félbarna kenyér	Erdei gyümölcslevés
Főétel	Erdélyi sertéstokány Párolt rizs	Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyér Főtt burgonya		Sajtos-tejfölös tészta Alma	Rántott csirkemell Újhagymás törtburgonya Házi káposztasaláta
Uzsonna	Toast sonka Margarin Rozskenyér Paprika	Kockasajt Zsemle		Helyben sült vaníliakrém táska	Bécsi felvágott Margarin Korpás zsemle Jégcsapretek Narancs

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

Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő			kedd			MUNKASZÜNETI NAP			csütörtök			péntek		
eatrend Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Macikávét Kiflivel			Barackos tea Kenőmájas Korpás kenyér Uborkával						Cítrumos tea Sonkakrém Graham kenyér			Tej Fatörzs kiflivel		
		Energia: 270.86 Kcal / 1,132.19 KJ			Energia: 284.48 Kcal / 1,189.13 KJ						Energia: 303.90 Kcal / 1,270.30 KJ			Energia: 363.03 Kcal / 1,517.47 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.57 g	3.28 g	1.73 g	7.32 g	5.90 g	2.17 g				7.90 g	6.66 g	2.85 g	13.80 g	9.25 g	4.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
49.45 g	15.98 g	0.68 g	50.13 g	22.18 g	0.93 g				52.69 g	19.98 g	1.10 g	55.72 g	10.75 g	0.89 g		
1,7			1,(6),(7),(10)						1,7			1,3,7				
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Magyaros karfiollevés Erdélyi sertéstokány Párolt rizszel			Tavaszi zöldséglevés Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával Félbarna kenyérral						Palóc gulyáslevés Félbarna kenyérral Sajtos-tejfölös tészta Alma			Erdei gyümölcslevés Rántott csirkemell Újhagymás törtburgonyával Káposztasalátával		
		Energia: 443.73 Kcal / 1,854.79 KJ			Energia: 503.76 Kcal / 2,105.72 KJ						Energia: 581.05 Kcal / 2,428.79 KJ			Energia: 766.76 Kcal / 3,205.06 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		14.76 g	21.04 g	5.30 g	17.15 g	18.27 g	4.49 g				23.24 g	21.84 g	8.57 g	23.19 g	34.85 g	5.95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
48.36 g	0.01 g	2.13 g	66.94 g	8.00 g	1.19 g				72.10 g	0.01 g	5.86 g	88.29 g	20.98 g	3.97 g		
1,9			1,3,9						1,7,9,(3)			1,3,7				
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Toast sonkás Margarinos Rozskenyér Paprikával			Kockasajt Zsemelével						Vaníliakrém rúd			Bécsi felvágottas Margarinos Korpás zsemle Jégcsapretekkel Narancs		
		Energia: 186.73 Kcal / 780.53 KJ			Energia: 211.91 Kcal / 885.78 KJ						Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ			Energia: 223.68 Kcal / 934.98 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.00 g	3.42 g	5.51 g	8.88 g	6.60 g	3.85 g				11.71 g	26.46 g	10.07 g	7.66 g	8.53 g	3.33 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.96 g	0.00 g	0.97 g	29.00 g	0.00 g	0.76 g				19.66 g	0.00 g	1.38 g	29.09 g	3.12 g	1.42 g		
1,(7)			1,7						1,7,(3),(6),(12)			1,(7)				

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

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén	4-hal	7-tejtermék,laktóz	10-mustár	13-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.
Családi adószám: 17783403-5-13
Közföldi adószám: 26215833-4-13
Élelmiszer-ellenőrzési vezető

Tételes étlap 2024.04.29. - 2024.05.05.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	
4/29/2024	Laktóz (00442)	Eattrend 3-as Óvoda 4-6 éves	T Tejeskávé	675,39	161,58	6,81	3,00	1,63	26,65	15,98	0,27 7
			Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41 1,(7)
			E Magyaros karfiollevés	151,72	35,99	1,28	1,63	0,19	4,07	0,01	0,55 1,9
			Levesbetét	114,71	27,44	1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05 1,3
			Erdélyi tokány	697,59	166,89	9,08	13,68	0,00	1,66	0,00	0,00
			Párolt rizs	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,10	42,63	0,00	0,30
			U Toast felvágott	130,96	31,33	4,52	1,42	0,49	0,08	0,00	0,22
			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
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00
Összesen:	3 968,23	949,04	37,34	29,23	7,99	133,28	15,99	2,56			
4/30/2024	Laktóz (00442)	Eattrend 3-as Óvoda 4-6 éves	T Barackos tea	349,82	83,69	0,52	0,10	0,00	20,01	9,99	0,00
			Kenőmájas	290,00	69,38	2,66	5,42	2,02	2,42	0,00	0,22 (1),(6),(7),(10)
			Korpás kenyér	539,48	129,06	3,94	0,36	0,00	27,36	0,00	0,70 1
			Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01
			E Tavaszi zöldséglevés	167,22	38,91	1,70	1,13	0,13	5,64	0,01	0,39 9
			Húsgombóc	639,63	153,02	8,04	9,79	2,02	8,01	0,00	0,38 3
			Paradicsommártás	626,37	149,85	2,22	6,87	0,79	19,60	7,99	0,42 1,9
			Főtt burgonya 1/2 adag	244,96	58,60	1,56	0,12	0,01	12,50	0,00	0,00
			Félbarna kenyér	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60 1
			U Kockasajt	314,79	75,31	4,18	6,25	3,72	0,50	0,00	0,70 7
Zsemle	570,99	136,60	4,70	0,35	0,13	28,50	0,00	0,51 1			
Összesen:	4 077,41	974,36	32,66	30,71	8,82	140,57	17,99	3,93			
5/2/2024	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
			Álomsonka krém	261,55	62,57	1,71	6,03	2,85	0,30	0,00	0,07 7
			Graham kenyér	668,81	160,00	6,06	0,60	0,00	32,40	0,00	1,03 1
			E Palóc gulyáslevés	593,24	141,92	6,41	8,35	2,11	10,02	0,01	1,39 1,7,9
			Félbarna kenyér	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60 1
			Reszelt sajt	298,70	71,46	4,99	5,49	3,07	0,44	0,00	0,41 7
			Tejföl	267,54	64,01	1,40	5,50	1,85	2,15	0,00	0,04 7
			Főtt tészta	944,98	226,07	7,50	2,20	0,21	43,80	0,00	3,99 1,(3)
			Alma	87,25	20,87	0,24	0,24	0,00	4,20	0,00	0,01
			U Vaníliakrémes rúd*	1 527,08	365,33	11,71	26,46	10,07	19,66	0,00	1,38 1,7,(3),(6),(12)
Összesen:	5 313,43	1 271,15	43,09	55,20	20,16	148,65	12,00	8,92			
5/3/2024	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
			Fatörzs kifli	1 111,75	265,97	7,00	6,25	2,57	45,12	10,75	0,62 1,3,7
			E Erdei gyümölcslevés	539,31	129,02	1,93	2,99	1,69	23,24	12,99	0,28 1,7
			Rántott csirkemell	1 503,67	359,73	15,84	24,82	2,49	17,81	0,00	1,06 1,3
			Újhagymás törtburgonya	962,21	230,19	4,65	6,89	0,00	36,57	0,00	0,00
			Káposztasaláta	199,88	47,82	0,77	0,15	0,01	10,67	3,60	0,61
			U Bécsi felv	279,89	66,96	2,74	6,16	0,00	0,06	0,00	0,00
			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:	5 657,53	1 353,47	44,65	52,63	9,43	173,10	30,46	3,42			