

30. hét



Óvodás, iskolás étlap

07.22-07.26	eatrend	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Macikávé Kifli	Citromos limonádé Kenőmájas Korpás kenyér Uborka	Erdei gyümölcsös limonádé Vaníliás túrókrém Zsemle	Csipkebogyó tea Sonkakrém Graham kenyér Lilahagyma	Tej Fatörzs kifli
Leves	Citromos almaleves	Tavaszi zöldségleves	Kolbászos burgonyaleves	Daragaluskaleves	Vegyes zöldségkrémleves pirított kenyérkocka
Főétel	Erdélyi sertéstokány Párolt rizs	Paradicsomos húsgombóc Félbarna kenyér/Főtt burgonya	Káposztás tészta Porcukor szórat Görögdinnye	Lenmagos fasírt Finomfőzelék Félbarna kenyér	Rántott sertés szelet Tört burgonya Házi káposztasaláta
Uzsonna	Sonkaszelet Margarin Rozskenyér Paprika	Helyben sült kajsziparackos háromszög	Olasz felvágott Margarin Rozskenyér Salátalevél	Helyben sült rácsos túrós párna	Kockasajt Kifli Alma

eatrend Danubia Kft.

2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Csoportos adószám: 17783408-5-11
Adószám: 26215833-4-13

			hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Tejeskávé Kiflivel			Limonádé Kenőmájas Korpás kenyér Uborkával			Erdei gyümölcsös limonádé Vaníliás túrókrémes Zsemle			Csipkebogyós tea Sonkakrémes Graham kenyér Lilahagymával			Tej Fatörzs kiflivel			
		Energia: 270.86 Kcal / 1,132.19 KJ			Energia: 227.26 Kcal / 949.95 KJ			Energia: 199.54 Kcal / 834.08 KJ			Energia: 312.08 Kcal / 1,304.49 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	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		10.57 g	3.28 g	1.73 g	6.83 g	5.84 g	2.17 g	7.22 g	1.68 g	0.86 g	8.17 g	6.68 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	Szénhidrát	Cukor	Só	
		49.45 g	15.98 g	0.68 g	36.34 g	8.19 g	0.93 g	38.58 g	8.39 g	0.07 g	54.36 g	19.99 g	1.10 g	55.72 g	10.75 g	0.89 g	
1,7			1,(6),(7),(10)			1,7,(12)			1,7			1,3,7					
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Citromos almaleves Erdélyi sertéstokány Párolt rizszel			Tavaszi zöldségleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával Félbarna kenyérral			Kolbászos burgonyaleves Káposztás tészta Porcukorral Görögdinnye			Daragaluska leves Finomfőzelék Lenmagos húsgolyóval Félbarna kenyérral			Vegyes zöldségkrémleves Pírtott kenyérkockával Rántott sertésszelet Tört burgonyával Káposztasalátával			
		Energia: 524.87 Kcal / 2,193.96 KJ			Energia: 503.76 Kcal / 2,105.72 KJ			Energia: 470.15 Kcal / 1,965.23 KJ			Energia: 540.24 Kcal / 2,258.20 KJ			Energia: 655.98 Kcal / 2,742.00 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		15.87 g	21.34 g	6.08 g	17.15 g	18.27 g	4.49 g	15.70 g	11.89 g	2.88 g	22.08 g	23.51 g	5.96 g	21.77 g	28.88 g	4.72 g	
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
		70.45 g	11.49 g	2.22 g	66.94 g	8.00 g	1.19 g	74.32 g	13.00 g	2.85 g	59.07 g	3.01 g	2.77 g	75.86 g	8.00 g	3.27 g	
1,7			1,3,9			1,3,9			1,3,7,9			1,3,7,9					
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Toast felvágottas Rozskenyér Margarinnal Paprikával			Kajszibarackos háromszög			Olasz felvágottas Rozskenyér Margarinnal Salátalevéllal			Rácsos túrós táska			Kifli Kockasajttal Alma			
		Energia: 207.01 Kcal / 865.30 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 239.13 Kcal / 999.56 KJ			Energia: 308.00 Kcal / 1,287.44 KJ			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		10.82 g	4.56 g	5.91 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	8.84 g	9.25 g	7.71 g	8.97 g	18.46 g	5.70 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g	
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
		30.62 g	0.00 g	0.98 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g	30.05 g	0.00 g	1.60 g	26.37 g	0.00 g	1.46 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g	
1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,3,6,7,(8),(11),(12)			1,7					

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

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-szulfít	15-mesterséges édesítőszer	

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



Tételes étlap 2024.07.22. - 2024.07.28.														
	Diéta		Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
7/22/2024	bárány (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6												
			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	Citromos almaleves	495,87	102,97	1,91	1,87	0,95	23,26	11,49	0,62	1,7	
				Erdélyi tokány	756,77	181,05	9,56	13,74	4,47	4,56	0,00	1,30	1	
				Párolt rizs	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,66	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:	4 256,85	1 002,74	37,26	29,18	13,72	150,52	27,47	3,88			
7/23/2024	bárány (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves												
			T	Limonádé	110,63	26,47	0,03	0,04	0,00	6,22	5,99	0,00		
				Kenőmájás	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	0,15	0,34	2,20	0,01		
			E	Tavaszi zöldségleves	167,22	38,91	1,70	1,13	0,13	5,64	0,01	0,39	9	
				Paradicsommártás	626,37	149,85	2,22	6,87	0,79	19,60	7,99	0,42	1,9	
				Húsgombóc	639,63	153,02	8,04	9,79	3,46	8,01	0,00	0,37	3	
				Főtt burgonya 1/2 adag	176,38	42,20	1,13	0,09	0,01	9,00	0,00	0,01		
				Félbarna kenyér	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
U	Kajsziarackos háromszög	1 426,17	341,19	3,78	18,27	4,87	39,98	18,16	0,67	1,7,(3),(6),(12)				
			Összesen:	4 310,03	1 030,02	26,64	42,29	11,52	134,26	34,35	2,79			
7/24/2024	bárány (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves												
			T	Erdei gyümölcsös limonádé	120,99	28,95	0,16	0,00	0,00	6,98	5,99	0,00		
				Vaníliás túrókrém	142,09	33,99	2,36	1,33	0,73	3,10	2,40	0,01	7,(12)	
				Zsemle	570,99	136,60	4,70	0,35	0,13	28,50	0,00	0,06	1	
			E	Kolbásos burgonyaleves	569,36	135,12	4,89	7,53	2,21	11,92	0,01	1,83	1,9	
				Káposztás tészta	1 076,49	257,53	10,21	4,12	0,67	44,61	3,00	1,01	1,3	
				Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00		
				Görögdinnye	156,12	37,35	0,60	0,24	0,00	7,80	0,00	0,01		
			U	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)	
	Rozskenyér	645,62	154,46	6,06	1,08	4,52	29,94	0,00	0,70	1				
	Salátalevél	1,73	0,41	0,04	0,01	0,00	0,05	0,00	0,00					
			Összesen:	3 803,42	908,82	31,76	22,82	11,45	142,95	21,39	4,52			
7/25/2024	bárány (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6												
			T	Csipkebogyós tea	341,04	81,59	0,16	0,03	0,00	20,00	19,99	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	
				Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
			E	Daragaluska leves	287,99	67,99	2,68	0,80	0,16	12,60	0,01	1,35	1,3,9	
				Lenmagos húsgolyó	976,17	233,53	10,72	17,64	4,97	7,72	0,00	0,79	1,3	
				Finomfőzelék	673,52	161,13	5,74	4,77	0,74	23,06	3,00	0,63	1,7	
				Félbarna kenyér	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
			U	Rácsos túrós táska	1 287,44	308,00	8,97	18,46	5,70	26,37	0,00	1,46	1,3,6,7,(8),(11),(12)	
			Összesen:	4 853,93	1 160,32	39,22	48,65	14,51	139,80	23,00	5,33			
7/26/2024	bárány (00442)	Eatrend 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	Vegyes zöldségkrémleves	368,56	87,08	2,11	4,73	0,86	9,12	0,01	1,25	1,7,9	
				Pirított kenyérkocka	108,11	25,86	0,98	0,10	0,03	5,23	0,00	0,00	1	
				Rántott sertésszelet	1 364,53	326,44	13,41	23,54	3,77	14,84	0,00	0,91	1,3	
				Tört burgonya	705,50	168,78	4,50	0,36	0,05	36,00	0,00	0,31		
				Káposztasaláta	199,88	47,82	0,77	0,15	0,01	10,67	7,99	0,80		
			U	Kockasajt	314,79	75,31	4,18	6,25	3,72	0,50	0,00	0,70	7	
				Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02					
			Összesen:	5 253,75	1 255,78	44,11	45,26	12,74	165,38	18,75	5,29			