

Heti étlap 2024.07.29. - 2024.08.04.

 eatrend Tízórai	Óvoda 4-6 éves	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat		
		Limonádé Fokhagymás felvágottas Rozskenyér Margarinnal			Vaníliás tej Kiflivel			Narancsos limonádé Sertés párizsis Korpás kenyér Margarinnal			Barackos tea Tonhalkrém Félbarna kenyér Paprikával			Tej Baracklekváros Félbarna kenyér Margarinnal			Limonádé Korpás kenyér Kenőmájassal Uborkával		
		Energia: 265.19 Kcal / 1,108.49 KJ			Energia: 249.09 Kcal / 1,041.20 KJ			Energia: 216.63 Kcal / 905.51 KJ			Energia: 354.77 Kcal / 1,482.94 KJ			Energia: 298.45 Kcal / 1,247.52 KJ			Energia: 227.26 Kcal / 949.95 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.83 g	9.28 g	7.71 g	10.57 g	3.28 g	1.73 g	6.37 g	6.01 g	2.28 g	7.35 g	12.72 g	3.14 g	12.73 g	5.60 g	2.71 g	6.83 g	5.84 g	2.17 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
36.22 g	5.99 g	1.60 g	44.02 g	9.99 g	0.68 g	34.11 g	6.10 g	1.22 g	52.19 g	19.98 g	0.03 g	49.11 g	6.23 g	0.33 g	36.34 g	8.19 g	0.93 g		
1,(7)			1,7			1,(7)			1,3,4,7,10			1,7,(12)			1,(6),(7),(10)				

Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Tejfölös zöldborsóleves Spenótos-sonkás rakott tészta			Hamis gulyásleves Sárgaborsófőzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral			Májgaluskaleves Dejós tészta Nektarin			Vegyes gyümölcsleves Hentes tokány Párolt rizszel			Erőleves Cénnametélttel Mexikói húsos babragu Félbarna kenyérral			Brokkolikrémleves Pirított kenyérkockával Sertés aprósült Steak burgonyával		
		Energia: 516.17 Kcal / 2,157.59 KJ			Energia: 513.03 Kcal / 2,144.47 KJ			Energia: 396.00 Kcal / 1,655.28 KJ			Energia: 559.40 Kcal / 2,338.29 KJ			Energia: 529.43 Kcal / 2,213.02 KJ			Energia: 530.24 Kcal / 2,216.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		30.08 g	21.19 g	6.26 g	22.80 g	21.98 g	5.72 g	14.72 g	7.16 g	0.85 g	16.12 g	24.59 g	6.99 g	26.04 g	17.74 g	4.38 g	21.15 g	26.88 g	7.35 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		51.10 g	0.04 g	3.97 g	55.12 g	0.12 g	1.18 g	68.63 g	10.52 g	4.80 g	69.49 g	12.99 g	1.87 g	65.76 g	0.00 g	1.91 g	50.48 g	0.16 g	2.15 g
1,3,7,9			1,9,(3),(6),(7),(12)			1,3,8,9,(5)			1,7,15,(12)			1,3,9			1,7,9,(10)				

Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Meggyes táská			Diákcsemegés Graham kenyér Margarinnal Uborkával			Sajtkrém rúd			Poharas gyümölcsjoghurt Korpás kiflivel Alma			Csirkemell sonkás Zsemle Margarinnal Salátalevéllal			Vaníliakrém rúd		
		Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 208.67 Kcal / 872.24 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 292.14 Kcal / 1,221.15 KJ			Energia: 176.42 Kcal / 737.44 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.78 g	18.27 g	4.87 g	7.78 g	5.14 g	1.96 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	10.93 g	6.56 g	3.20 g	8.14 g	2.92 g	1.21 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		39.98 g	18.16 g	0.67 g	32.77 g	2.20 g	1.42 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	46.73 g	12.99 g	1.05 g	29.39 g	0.00 g	0.55 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g
1,7,(3),(6),(12)			1,(7)			1,7			1,7			1,(7)			1,7,(3),(6),(12)				

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
- 15-mesterséges édesítőszer
- 3-tojás
- 6-szója
- 9-zeller
- 12-kéndioxid-szulfít

Jó étvágyat kívánunk!

eatrend Danubia Kft.

2730 Albertirsa, Pesti út 65.

Csoportos adószám: 17783403-5-10

Adószám: 26215833-4-13

Élelmiszevezető

31. hét

Óvodás, iskolás étlap

07.29-08.03	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Citromos limonádé Fokhagymás felvágott Margarin Rozskenyér	Vaníliás tej Kifli	Narancsos limonádé Sertéspárizsi Margarin Korpás kenyér	Barackos tea Tonhalkrém Félbarna kenyér Paprika	Tej Baracklekvár Margarin Félbarna kenyér	Limonádé Kenőmájas Korpás kenyér Kígyóuborka
Leves	Tejfölös zöldborsóleves	Hamis gulyásleves	Majgaluska leves	Vegyes gyümölcsleves	Erőleves Cérnametéllel	Brokkolikrémleves Pirított kenyérkocka
Főétel	Spenótos-sonkás rakott tészta	Sertéspörkölt Sárgaborsófőzelék Félbarna kenyér	Dejós tészta Nektarin	Hentes sertésragu Párolt rizs	Mexikói húsos babragu Félbarna kenyér	Sertés aprósült Steak burgonya
Uzsonna	Helyben sült meggyes párna	Mátrai diákcsemege Margarin Graham kenyér Uborka	Helyben sült sajtkrém rúd	Gyümölcsjoghurt Korpás kifli Alma	Csirkemellsonka Margarin zsemle Salátalevél	Helyben sült vaníliakrém rúd

Eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783408-5-10
 Adószám: 26215833-4-13
 3

Tételes étlap 2024.07.29. - 2024.08.04.														
	Diéta		Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír/sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
7/29/2024	laktóz (00442)	Eattrend 3-as Óvoda 4-	T	Limonádé	110,63	26,47	0,03	0,04	0,00	6,22	5,99	0,00		
				Fokhagymás 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		
			E	Tejfőlös zöldborsóleves	395,80	92,87	3,67	3,98	0,83	10,92	0,04	1,84 1,7,9		
				Spenótos rakott tészta	1 769,41	423,30	26,41	17,21	0,00	40,18	0,00	0,00 1,3,7		
			U	Meggyes táska	1 426,17	341,19	3,78	18,27	4,87	39,98	18,16	0,67 1,7,(3),(6),(12)		
		Összesen:	4 699,83	1 122,55	42,69	48,74	13,41	127,30	24,19	4,11				
7/30/2024	laktóz (00442)	Eattrend 3-as Óvoda 4-6 éves	T	Vaníliás tej	584,43	139,81	6,81	3,00	1,63	21,22	9,99	0,27 7		
				Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41 1,(7)		
			E	Hamis gulyásleves	349,41	83,59	1,92	2,99	0,55	11,91	0,12	0,49 9,(1),(3),(6),(7),(12)		
				Sertéspörkölt	673,83	161,20	9,31	12,42	4,30	2,83	0,00	0,68		
				Sárgaborsófőzelék	796,91	190,65	8,63	6,27	0,78	24,69	0,00	0,01 1		
				Félbarna kenyér	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00 1		
			U	Diákcsemege	121,30	29,02	1,52	2,52	0,91	0,03	0,00	0,32		
				Margarin	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06 (7)		
				Graham kenyér	668,81	160,00	6,06	0,60	0,00	32,40	0,00	1,03 1		
				Uborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	2,20	0,01		
		Összesen:	4 057,94	970,79	41,15	30,40	9,41	131,91	12,31	3,28				
7/31/2024	laktóz (00442)	Eattrend 3-as Óvoda 4-6	T	Narancsos limonádé	115,48	27,63	0,05	0,01	0,00	6,71	6,10	0,00		
				Sertés párizsi	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46		
				Margarin	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06 (7)		
				Korpás kenyér	539,48	129,06	3,94	0,36	0,00	27,36	0,00	0,70 1		
			E	Májgaluskaleves	336,55	74,44	6,35	1,57	0,46	10,17	0,05	0,90 1,3,9		
				Dejő szórát	340,90	81,55	1,87	2,69	0,05	12,37	10,49	0,00 1,8,(5)		
				Főtt tészta	944,98	226,07	7,50	2,20	0,21	43,80	0,00	3,99 1,(3)		
				Nektarin	138,65	33,17	0,56	0,28	0,03	7,07	0,00	0,00		
			U	Sajtkrémes rúd	685,52	164,00	7,99	2,31	3,61	33,28	0,00	1,69 1,7		
					Összesen:	3 352,12	795,86	30,64	15,06	6,64	140,80	16,64	7,80	
8/1/2024	laktóz (00442)	Eattrend 3-as Óvoda 4-6 éves	T	Barackos tea	349,82	83,69	0,52	0,10	0,00	20,01	19,98	0,00		
				Tonhalkrém	468,09	111,98	0,71	11,96	2,96	0,20	0,00	0,03 3,4,7,10,(1)		
				Félbarna kenyér	648,65	155,18	5,88	0,60	0,18	31,38	0,00	0,00 1		
				Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
			E	Vegyes gyümölcsleves	460,59	101,49	1,25	1,34	0,69	22,77	12,99	0,27 1,7		
				Hentes tokány	907,31	217,06	10,47	17,52	0,00	4,09	0,00	0,00 1,15,(12)		
				Párolt rizs	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,66	42,63	0,00	0,30		
			U	Gyümölcs joghurt poharas kicsi	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49 7,(1)		
				Korpás kifli	526,81	126,03	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56 1,(7)		
				Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		Összesen:	5 296,85	1 258,49	35,00	44,47	7,69	178,91	45,96	1,67				
8/2/2024	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		
				Baracklekvár	120,83	28,91	0,05	0,00	0,00	7,13	6,23	0,00 (12)		
				Margarin	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06 (7)		
				Félbarna kenyér	648,65	155,18	5,88	0,60	0,18	31,38	0,00	0,00 1		
			E	Erőleves	112,08	26,81	1,19	0,67	0,01	3,96	0,00	0,38 9		
				Cérnametölt	114,71	27,44	1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05 1,3		
				Mexikói húsos babragu	1 661,92	397,59	20,72	16,42	4,22	41,26	0,00	1,48 1		
				Félbarna kenyér	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00 1		
			U	Csirkemellsonka	92,40	22,11	3,40	0,56	0,18	0,84	0,00	0,43		
				Margarin	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06 (7)		
	Zsemle	570,99	136,60	4,70	0,35	0,13	28,50	0,00	0,06 1					
	Salátalevél	1,73	0,41	0,04	0,01	0,00	0,05	0,00	0,00					
		Összesen:	4 197,97	1 004,30	46,91	26,26	8,30	144,26	6,23	2,79				
8/3/2024	laktóz (00442)	Eattrend 3-as Óvoda 4-6	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	Brokkolikrémleves	360,17	86,16	3,18	3,47	0,62	10,45	0,02	0,93 1,7,9		
				Pirított kenyérkocka	108,11	25,86	0,98	0,10	0,03	5,23	0,00	0,00 1		
				Sertés aprósült	976,25	233,55	12,49	19,61	6,32	1,68	0,14	1,10 (1),(10)		
				Steak burgonya	771,93	184,67	4,50	3,70	0,38	33,12	0,00	0,12		
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:	4 693,48	1 122,83	39,69	59,18	19,59	106,48	8,35	4,46				