

Heti étlap 2024.09.23 - 2024.09.27.

 Tízórai	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Diétás pékáru BL, Liga margarin, Kakaó rizstejből			Limonádé, Tonhalkrém, Kígyóborka, Diétás pékáru BL			Növényi szendvicskrém, Paprika, Herba tea, Diétás pékáru BL			Baracklekvár, Diétás pékáru BL, Liga margarin, Rizstej			Liga margarin, Olasz felvágott, Paradicsom, Diétás pékáru BL, Herba tea		
		Energia: 202.41 Kcal / 846.07 KJ			Energia: 152.07 Kcal / 635.65 KJ			Energia: 107.56 Kcal / 449.60 KJ			Energia: 177.70 Kcal / 742.79 KJ			Energia: 189.73 Kcal / 793.07 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.30 g	8.94 g	2.15 g	0.65 g	13.06 g	3.68 g	0.49 g	4.86 g	4.20 g	0.16 g	8.92 g	2.13 g	2.99 g	13.20 g	4.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		29.45 g	21.42 g	0.11 g	7.52 g	8.89 g	0.21 g	15.45 g	13.39 g	0.32 g	23.32 g	14.38 g	0.10 g	14.45 g	13.39 g	0.95 g
1			1,4			1			1,(12)			1				

Ebéd	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Lecsós sertésragu, Párolt rizs, Kiskocka, Erőleves			Diétás pékáru BL, ebédhez, Lebbencsleves, Tökfőzelék, Fasírt			Fokhagymakrémleves, Pirított kenyérkocka, Mexikói húsos babragu, Diétás pékáru BL, ebédhez			Körte, Diétás pékáru BL, ebédhez, Lencsegyulás tejmentesen, Piskóta kocka, Vanília sodó			Sült csirkecomb, Uborkasaláta, Petrezselymes burgonya, Vegyes gyümölcsleves		
		Energia: 603.92 Kcal / 2,524.39 KJ			Energia: 521.56 Kcal / 2,180.12 KJ			Energia: 593.30 Kcal / 2,479.99 KJ			Energia: 751.36 Kcal / 3,140.68 KJ			Energia: 470.22 Kcal / 1,965.52 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		16.60 g	33.53 g	7.65 g	14.21 g	23.45 g	5.57 g	21.27 g	25.89 g	5.67 g	22.11 g	12.81 g	2.25 g	30.26 g	12.32 g	3.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		58.23 g	0.00 g	5.15 g	62.29 g	2.01 g	3.54 g	67.81 g	1.50 g	2.03 g	135.23 g	38.06 g	1.09 g	59.32 g	19.90 g	3.78 g
		1,3,9			1,3,9			1			1,3,10,(12)			(10)		

Uzsonna	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Paprika, Diétás pékáru BL, Liga margarin, Zala felvágott			fahéjas csiga-TündérManna			Liga margarin, Mátrai diákcsemege, Diétás pékáru BL			Liga margarin, Sertés párizsi, Diétás pékáru BL			Diétás pékáru BL, Növényi szendvicskrém		
		Energia: 108.92 Kcal / 455.29 KJ			Energia: 301.44 Kcal / 1,260.02 KJ			Energia: 88.27 Kcal / 368.97 KJ			Energia: 106.89 Kcal / 446.80 KJ			Energia: 49.49 Kcal / 206.87 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.02 g	10.25 g	3.07 g	1.00 g	11.60 g	5.00 g	3.23 g	8.23 g	2.33 g	2.43 g	10.64 g	3.28 g	0.25 g	4.80 g	4.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		1.02 g	0.00 g	0.50 g	46.60 g	1.90 g	1.00 g	0.22 g	0.00 g	0.59 g	0.23 g	0.00 g	0.56 g	1.45 g	0.00 g	0.32 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

Kód magyarázat: 800 diéta fő kód ; 802 diétás korcsoportos kód

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

1/1

15-mesztelen édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!
eatrend Danubia Kft.

2730 Alberti, Felső út 65.
Csoportos adószám: 17783408-5-13
..... Adószám: 26215823-4-13

Élelmézésve 2023.10.25 7:52:46 | QB - Élelem

Tételek étlap 2024.09.23 - 2024.09.25

Dátum	Étkezési tétel	Energia (kJ)	Energia (kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár							
9/23/2024	L-4-4-4 (05302)	Tej és rozslisztes 4-6	R	Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1					
				Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00						
				Vanília növényi túrókrém	68,09	16,29	0,03	0,39	0,00	3,12	3,02	0,00						
			T	Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1					
				Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10						
				Kakao rizstejből	577,57	138,17	0,25	1,94	0,25	29,26	21,42	0,01						
			E	Lecsós sertésragu	1 022,84	244,70	9,85	21,30	6,28	3,11	0,00	0,76						
				Parótt rizs	1 138,62	272,40	4,90	6,87	0,79	47,43	0,00	1,43						
				Kiskocka	96,31	23,04	0,90	0,20	0,04	4,37	0,00	0,04	1,3					
				Érdőleves	266,58	63,78	0,95	5,16	0,54	3,32	0,00	2,92	9,(1)					
			U	Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00						
				Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1					
				Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10						
				Zala felvágott	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40						
			V	Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00						
				Hamburger	1 236,65	295,85	14,58	8,45	2,93	37,06	3,90	2,79						
			P	Turista felvágott	242,59	58,04	3,04	5,04	1,82	0,06	0,00	0,63						
				Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00						
				Növényi szendvicskrém	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32						
				Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1					
				Összesen:	5 599,71	1 339,69	38,09	71,46	21,82	131,18	28,34	9,50						
9/24/2024	L-4-4-4 (05302)	Tej és rozslisztes 4-6	R	Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00						
				Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1					
				Növényi szendvicskrém, cheddar	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32						
			T	Limonádé	123,54	29,55	0,03	0,04	0,00	6,95	6,69	0,00						
				Tonhalkrém	499,42	119,48	0,39	13,00	3,53	0,08	0,00	0,20	4					
				Kigyóuborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	2,20	0,01						
				Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1					
			E	Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02						
				Lebbencsleves	479,38	114,69	3,05	4,81	1,07	14,58	0,01	2,66	1,3,9					
				Tokfőzelék	515,62	123,35	1,90	6,02	0,68	15,11	0,50	0,09						
				Fasírt	752,82	180,10	8,66	12,47	3,80	8,09	0,00	0,77	1,3					
			U	fahéjas csiga-TündérManna	1 260,02	301,44	1,00	11,60	5,00	46,60	1,90	1,00						
			V	Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00						
				Meleg szendvics	2 031,62	486,03	18,80	16,36	4,54	65,32	0,00	1,05	1					
			P	Sonkakrém Liga margarinnal	179,01	42,83	1,71	3,78	1,04	0,44	0,00	0,27						
				Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1					
				Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00						
				Összesen:	6 513,17	1 558,19	36,89	73,11	24,03	184,41	12,80	6,39						
			9/25/2024	1-4-4-4 (05302)	Tej és rozslisztes 4-6	R	Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00			
							Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1		
							Házi meggyes gyümölcskrém	152,85	36,57	0,35	0,21	0,01	7,84	1,00	0,00			
T	Növényi szendvicskrém	203,99				48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32						
	Paprika	16,38				3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00						
	Herba tea	226,35				54,15	0,00	0,00	0,00	13,40	13,39	0,00						
	Diétás pékáru BL	2,86				0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1					
E	Fokhagymakrémléves	473,76				113,34	1,28	8,51	1,00	7,77	0,00	0,74	1					
	Pirított kenyérkocka	64,87				15,52	0,59	0,06	0,02	3,14	0,00	0,00	1					
	Mexikói húsos babragu	1 509,06				361,02	18,80	17,17	4,63	32,39	0,00	1,27	1					
	Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30				103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02						
U	Liga margarin	265,61				63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10						
	Mátrai diákszege	100,42				24,03	3,18	1,23	0,43	0,03	0,00	0,49						
	Diétás pékáru BL	2,86				0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1					
V	Ásványvíz	0,00				0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00						
	Hot-dog	2 076,81				218,56	22,52	24,56	9,39	45,84	0,00	0,82	1					
P	Sertés párizsi	178,25				42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46						
	Jégcsapretek	11,80				2,83	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01						
	Liga margarin	265,61				63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10						
	Diétás pékáru BL	2,86				0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1					
	Összesen:	5 990,16				1 154,83	50,54	74,41	24,89	138,11	19,01	4,33						
9/26/2024	1-4-4-4 (05302)	Tej és rozslisztes 4-6	R	Violette növényi sajt szelet	17,87	4,28	0,00	0,35	0,00	0,30	0,00	0,00						
				Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00						
				Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1					
				Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10						
			T	Baracklekvár	123,25	29,48	0,05	0,00	0,00	7,27	6,35	0,00	(12)					
				Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1					
				Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10						
				Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00						
			E	Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01						
				Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02						
				Lencsesgulyás tejmentesen	654,51	156,58	14,38	3,10	0,87	17,60	0,00	0,62	10,(12)					
				Piskóta kocka	1 427,76	341,57	5,69	8,38	1,25	60,32	31,17	0,44	1,3					
				Vanília sodó	293,88	70,30	0,84	0,73	0,11	14,80	5,39	0,00	1					
			U	Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10						
				Sertés párizsi	178,25	42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46						
				Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1					
			V	Brassói aprópecsenye	2 361,89	565,05	16,34	34,12	8,29	46,60	0,00	1,72						
				Uborkasaláta	60,20	14,40	0,41	0,04	0,30	3,09	6,79	0,41						
				Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00						
			P	Kenőmájás allergénmentes	290,00	69,38	2,66	5,42	2,02	2,42	0,00	0,23						
				Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1					
	Összesen:	7 332,15	1 754,15	44,19	79,30	20,17	211,57	59,23	4,21									
9/27/2024	1-4-4-4 (05302)	Tej és rozslisztes 4-6	R	Sertés párizsi	178,25	42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46						
				Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1					
				Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00						
				Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10						
			T	Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10						
				Olasz felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84						
				Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01						
				Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1					
				Herba tea	226,35	54,15	0,00	0,00	0,00	13,40	13,39	0,00						
			E	Sült csirkecomb	715,22	171,11	25,18	7,25	1,71	1,26	0,12	1,27	(10)					
				Uborkasaláta	60,20	14,40	0,41	0,04	0,30	3,09	6,79	0,41						
				Petrezselymes burgonya	849,43	203,21	4,44	4,89	1,27	34,17	0,00	1,85						
				Vegyes gyümölcsleves	362,49	81,50	0,23	0,14	0,02	20,80	12,99	0,25						
			U	Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1					
				Növényi szendvicskrém	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32						
			V	Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00						
				Fasírt	406,02	97,14	8,12	6,67	1,69	1,05	0,00	0,58						
				Gyöngybabfőzelék	977,07	233,75	11,33	6,37	0,81	33,67	0,63	0,95	1					
			P	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01						
				Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1					
				Növényi túros körözött	13,17	3,15	0,06	0,20	0,00	0,26	0,01	0,25						
	Összesen:	4 852,02	1 155,60	55,67	54,24	17,49	111,42	33,93	7,40									

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

1-glutén	4-hal
2-rák	5-földimogyoró
3-tojás	6-szója

10-mustár 13-csillagfürt
11-szezám 14-puhatestűek
12-kéndioxid-szulfid 15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!
Étrend Danubia Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783408-5-12
 ...Adószám: 26215833-4-13
Élelmezésvetető

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(05552) Kímélő:TMTO,bor s,kuk,méz,tart4-6	Rizstej, Diétás pékáru BL, Liga margarin			Almalé 100%, Diétás pékáru BL, Kígyóborka, Tonhalkrém			Növényi szendvicskrém, Almalé 100%, Salátalevél, Diétás pékáru BL			Diétás pékáru BL, Liga margarin, Csirkemellsonka, Rizstej			Liga margarin, Diétás pékáru BL, Almalé 100%, Salátalevél, Olasz felvágott		
		Energia: 148.22 Kcal / 619.56 KJ			Energia: 122.68 Kcal / 512.80 KJ			Energia: 50.17 Kcal / 209.71 KJ			Energia: 170.33 Kcal / 711.98 KJ			Energia: 131.88 Kcal / 551.26 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0.11 g	8.92 g	2.13 g	0.62 g	13.02 g	3.68 g	0.30 g	4.81 g	4.20 g	3.51 g	9.48 g	2.32 g	2.84 g	13.17 g	4.19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		16.05 g	8.03 g	0.10 g	0.61 g	2.20 g	0.21 g	1.56 g	0.00 g	0.32 g	16.89 g	8.03 g	0.53 g	0.36 g	0.00 g	0.94 g
1			1,4			1			1			1				
Ebéd	(05552) Kímélő:TMTO,bor s,kuk,méz,tart4-6	Erőleves, Sertéspörkölt, Levesbetét, Párolt rizs			Diétás pékáru BL, ebédhez, Lebbencsleves, Fasírt, Tökfőzelék			Főtt burgonya, Vegyes zöldségkrémleves, Sós kamártás, Fasírt , Pirított kenyérkocka			Diétás pékáru BL, ebédhez, MIMEN piskóta kocka, Alföldi gulyásleves, Vanília sodó, Körte			Petrezselymes burgonya, Vegyes gyümölcsleves, Cék lasaláta, Sült csirkecomb		
		Energia: 514.83 Kcal / 2,151.99 KJ			Energia: 457.11 Kcal / 1,910.72 KJ			Energia: 381.94 Kcal / 1,596.51 KJ			Energia: 654.27 Kcal / 2,734.85 KJ			Energia: 481.22 Kcal / 2,011.50 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		16.96 g	23.20 g	3.58 g	11.08 g	20.73 g	4.70 g	16.94 g	9.15 g	1.08 g	12.15 g	27.92 g	3.05 g	30.37 g	12.32 g	3.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		58.87 g	0.30 g	4.52 g	55.38 g	2.50 g	3.18 g	56.62 g	3.44 g	3.36 g	87.43 g	7.14 g	0.75 g	61.79 g	16.31 g	3.86 g
9,(1)						1			1			15,(10),(12)				
Uzsonna	(05552) Kímélő:TMTO,bor s,kuk,méz,tart4-6	Salátalevél, Zala felvágott, Liga margarin, Diétás pékáru BL			fahéjas csiga-TündérManna			Diétás pékáru BL, Liga margarin, Mátrai diákcsemege			Diétás pékáru BL, Liga margarin, Sertés párizsi			Diétás pékáru BL, Növényi szendvicskrém		
		Energia: 105.52 Kcal / 441.07 KJ			Energia: 301.44 Kcal / 1,260.02 KJ			Energia: 88.27 Kcal / 368.97 KJ			Energia: 106.89 Kcal / 446.80 KJ			Energia: 49.49 Kcal / 206.87 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		2.83 g	10.20 g	3.07 g	1.00 g	11.60 g	5.00 g	3.23 g	8.23 g	2.33 g	2.43 g	10.64 g	3.28 g	0.25 g	4.80 g	4.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		0.49 g	0.00 g	0.50 g	46.60 g	1.90 g	1.00 g	0.22 g	0.00 g	0.59 g	0.23 g	0.00 g	0.56 g	1.45 g	0.00 g	0.32 g
1						1			1			1				

2023.10.25 9:47:25 | QB - Élelem



Tételes étlap 2024.09.23. - 2024.09.29.														
	Dátum	Étkezési tétel	Energia (kJ)	Energia (kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár		
9/23/2024 (05552)	Kímélő:TMTO bors,kuk.méz,tar14-6	R Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1			
		Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00				
		Vanília növényi túrókrém	34,04	8,14	0,01	0,19	0,00	1,56	1,51	0,00				
		T Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00				
		Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1			
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10				
		E Erőleves	266,58	63,78	0,95	5,16	0,54	3,32	0,00	2,92	9,(1)			
		Sertéspörkölt	659,45	157,76	10,87	11,05	2,24	3,50	0,00	0,16				
		Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01				
		Párolt rizs	1 138,62	272,40	4,90	6,87	0,79	47,43	0,00	1,43				
		U Salátalevél	2,16	0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00				
		Zala felvágott	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40				
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10				
		Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1			
		V Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
		Hamburger	1 236,65	295,85	14,58	8,45	2,93	37,06	3,90	2,79				
		P Salátalevél	2,16	0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00				
		Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1			
		Növényi szendvicskrém	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32				
		Turista felvágott	242,59	58,04	3,04	5,04	1,82	0,06	0,00	0,63				
		Összesen:	4 938,29	1 181,46	37,86	60,81	17,73	115,80	13,74	8,86				
9/24/2024 (05552)	Kímélő:TMTO bors,kuk.méz,tar14-6	R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
		Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00	1		
		Növényi szendvicskrém, cheddar	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32				
		T Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00			
		Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00	1		
		Kígyóuborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	2,20	0,01				
		Tonhalkrém	499,42	119,48	0,39	13,00	3,53	0,08	0,00	0,20	4			
		E Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02				
		Lebbencsleves	381,31	91,22	1,48	2,66	0,33	15,02	0,50	2,51				
		Fasírt	581,52	139,12	7,10	11,90	3,67	0,74	0,00	0,56				
		Tokfőzelék	515,62	123,35	1,90	6,02	0,68	15,11	0,50	0,09				
		U fahéjas csiga-TündérManna	1 260,02	301,44	1,00	11,60	5,00	46,60	1,90	1,00				
		V Meleg szendvics	2 031,62	486,03	18,80	16,36	4,54	65,32	0,00	1,05	1			
		Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00				
		Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00	1		
		Salátalevél	2,16	0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00				
		Sonkakrém Liga margarinnal	179,01	42,83	1,71	3,78	1,04	0,44	0,00	0,27				
		Összesen:	6 106,70	1 460,95	33,54	70,30	23,16	170,06	6,60	6,03				
		9/25/2024 (05552)	Kímélő:TMTO bors,kuk.méz,tar14-6	R Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
				Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00		
				Házi meggyes gyümölcskrém	76,42	18,28	0,17	0,10	0,00	3,92	0,50	0,00		
T Növényi szendvicskrém	203,99			48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32				
Almalé 100%	0,66			0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00				
Salátalevél	2,16			0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00				
Diétás pékáru BL	2,86			0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00	1		
E Főtt burgonya	705,51			168,78	4,50	0,36	0,04	36,00	0,00	1,08				
Vegyes zöldségkrémleves	254,59			60,00	0,98	3,57	0,28	6,26	0,00	1,00				
Sós kamárta	242,26			57,96	2,35	0,57	0,03	10,15	3,44	0,69				
Fasírt	333,07			79,68	8,52	4,59	0,71	1,07	0,00	0,59				
Pirított kenyérfocoka	64,87			15,52	0,59	0,06	0,02	3,14	0,00	0,00	1			
U Diétás pékáru BL	2,86			0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00	1		
Liga margarin	265,61			63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10				
Mátrai diáksemege	100,42			24,03	3,18	1,23	0,43	0,03	0,00	0,49				
V Ásványvíz	0,00			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
Hot-dog	2 076,81			218,56	22,52	24,56	9,39	45,84	0,00	0,82	1			
Salátalevél	2,16			0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00				
P Diétás pékáru BL	2,86			0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00	1		
Sertés párizsi	178,25			42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46				
Salátalevél	2,16			0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00				
Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10						
Összesen:	4 786,65	866,00	45,72	57,51	20,28	108,72	3,94	5,65						
9/26/2024 (05552)	Kímélő:TMTO bors,kuk.méz,tar14-6	R Violefe növényi sajt szelet	17,87	4,28	0,00	0,35	0,00	0,30	0,00	0,00				
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10				
		Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
		Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00	1		
		T Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00	1		
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10				
		Csirkemellsonka	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43				
		Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00				
		E Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02				
		MIMEN piskóta kocka	999,53	239,12	0,87	20,22	1,51	13,65	0,00	0,10				
		Alföldi gulyásleves	676,92	161,94	9,24	6,37	1,41	16,47	0,25	0,62				
		Vanília sodó	293,88	70,30	0,84	0,73	0,11	14,80	5,39	0,00	0,00	1		
		Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01				
		U Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00	1		
		Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10				
		Sertés párizsi	178,25	42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46				
		V Cékla saláta	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49	15,(12)			
		Brassói aprópecsenye	2 361,89	565,05	16,34	34,12	8,29	46,60	0,00	1,72				
		Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00				
		P Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00	1		
		Kenőmájaz allergénmentes	290,00	69,38	2,66	5,42	2,02	2,42	0,00	0,23				
Összesen:	6 941,43	1 660,69	37,69	94,97	20,86	159,81	18,37	4,38						
9/27/2024 (05552)	Kímélő:TMTO bors,kuk.méz,tar14-6	R Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10				
		Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00	1		
		Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00				
		Sertés párizsi	178,25	42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46				
		T Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10				
		Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00	1		
		Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00				
		Salátalevél	2,16	0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00				
		Olasz felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84				
		E Petrezselymes burgonya	849,43	203,21	4,44	4,89	1,27	34,17	0,00	1,85				
		Vegyes gyümölcsleves	362,49	81,50	0,23	0,14	0,02	20,80	12,99	0,25				
		Cékla saláta	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49	15,(12)			
		Sült csirkecomb	715,22	171,11	25,18	7,25	1,71	1,26	0,12	1,27	(10)			
		U Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00	1		
		Növényi szendvicskrém	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32				
		V Fasírt	406,02	97,14	8,12	6,67	1,69	1,05	0,00	0,58				
		Cukkini főzelék	533,95	127,74	2,73	6,62	0,71	14,15	0,50	0,08				
		Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
		P Salátalevél	2,16	0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00				
		Növényi túros körözött	13,17	3,15	0,06	0,20	0,00	0,26	0,01	0,25				
		Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00	1		
Összesen:	4 196,86	998,88	46,88	54,43	17,07	79,55	16,82	6,59						

Heti étlap 2024.09.23 - 2024.09.27.

 Tízórai	5572 Tej,tojás,rozsmment es 4-6 éves	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Kakaó rizstejből, Diétás pékáru BL, Liga margarin			Limonádé, Kígyóuborka, Tonhalkrém, Diétás pékáru BL			Diétás pékáru BL, Herba tea, Paprika, Növényi szendvicskrém			Liga margarin, Rizstej, Diétás pékáru BL, Baracklekvár			Herba tea, Diétás pékáru BL, Olasz felvágott, Paradicsom, Liga margarin		
		Energia: 265.95 Kcal / 1,111.67 KJ			Energia: 152.07 Kcal / 635.65 KJ			Energia: 107.56 Kcal / 449.60 KJ			Energia: 241.24 Kcal / 1,008.38 KJ			Energia: 253.27 Kcal / 1,058.67 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0.32 g	15.94 g	4.05 g	0.65 g	13.06 g	3.68 g	0.49 g	4.86 g	4.20 g	0.18 g	15.92 g	4.03 g	3.01 g	20.20 g	6.10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		29.49 g	21.42 g	0.21 g	7.52 g	8.89 g	0.21 g	15.45 g	13.39 g	0.32 g	23.36 g	14.38 g	0.20 g	14.49 g	13.39 g	1.05 g
1			1,4			1			1,(12)			1				

Ebéd	5572 Tej,tojás,rozsmment es 4-6 éves	Lecsós sertésragu, Párolt rizs, Erőleves, Levesbetét			Tökfőzelék, Lebbencsleves tojás-és olajosmagmentes, Diétás pékáru BL, ebédhez, Fasírt			Fokhagymakrémleves, Mexikói húsos babragu, Pirított kenyérkocka, Diétás pékáru BL, ebédhez			Diétás pékáru BL, ebédhez, MIMEN piskóta kocka, Lencsegulyás tejmentesen, Vanília sodó, Körte			Sült csirkecomb, Petrezselymes burgonya, Uborkasaláta, Vegyes gyümölcsleves		
		Energia: 601.77 Kcal / 2,515.40 KJ			Energia: 580.53 Kcal / 2,426.62 KJ			Energia: 593.30 Kcal / 2,479.99 KJ			Energia: 648.91 Kcal / 2,712.44 KJ			Energia: 641.32 Kcal / 2,680.72 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		15.94 g	33.45 g	7.62 g	18.02 g	32.55 g	8.37 g	21.27 g	25.89 g	5.67 g	17.29 g	24.65 g	2.51 g	55.43 g	19.56 g	5.01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		58.48 g	0.30 g	5.12 g	52.60 g	2.26 g	3.74 g	67.81 g	1.50 g	2.03 g	88.56 g	6.89 g	0.75 g	60.57 g	20.01 g	5.05 g
		9,(1)						1			1,10,(12)			(10)		

Uzsonna	5572 Tej,tojás,rozsmment es 4-6 éves	Paprika, Diétás pékáru BL, Zala felvágott, Liga margarin			fahéjas csiga-TündérManna			Diétás pékáru BL, Liga margarin, Mátrai diákcsemege			Liga margarin, Sertés párizsi, Diétás pékáru BL			Diétás pékáru BL, Növényi szendvicskrém		
		Energia: 172.46 Kcal / 720.88 KJ			Energia: 301.44 Kcal / 1,260.02 KJ			Energia: 151.81 Kcal / 634.57 KJ			Energia: 170.43 Kcal / 712.40 KJ			Energia: 49.49 Kcal / 206.87 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		3.04 g	17.25 g	4.97 g	1.00 g	11.60 g	5.00 g	3.25 g	15.23 g	4.23 g	2.45 g	17.64 g	5.18 g	0.25 g	4.80 g	4.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		1.06 g	0.00 g	0.60 g	46.60 g	1.90 g	1.00 g	0.26 g	0.00 g	0.69 g	0.27 g	0.00 g	0.66 g	1.45 g	0.00 g	0.32 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,l: 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

Quadro Byte Zrt

Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Danubia Kft.

2730 Albertirsa, Pesti út 65.

Csoportos adatszám: 17783408-5-1-1

Adatszám: 2021563344713

Élelmezésvezető

2023.02.24 10:53:17 | QB - Élelem



Tételek étlap 2024.09.23 – 2024.09.29.																
	Dátum	Étkezési tétel	Energia (kJ)	Energia (kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár				
9/23/2024	1. sz. étkezési nap (05572)	Tej, tejfőzés, rozmmentes 4-6	R Vanília növényi túrókrém	68,09	16,29	0,03	0,39	0,00	3,12	3,02	0,00					
			Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00					
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00 1				
			T Kakao rizstejből	577,57	138,17	0,25	1,94	0,25	29,26	21,42	0,01					
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00 1				
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			E Lecsós sertésragu	1 022,84	244,70	9,85	21,30	6,28	3,11	0,00	0,76					
			Párolt rizs	1 138,62	272,40	4,90	6,87	0,79	47,43	0,00	1,43					
			Erleves	266,58	63,78	0,95	5,16	0,54	3,32	0,00	2,92	9,(1)				
			Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01					
			U Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00					
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00 1				
			Zala felvágott	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40					
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			V Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
			Hamburger	1 236,65	295,85	14,58	8,45	2,93	37,06	3,90	2,79					
			P Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00 1				
			Növényi szendvicskrém	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32					
			Turista felvágott	242,59	58,04	3,04	5,04	1,82	0,06	0,00	0,63					
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	0,00				
			Összesen:	6 121,92	1 464,62	37,47	85,38	25,59	131,51	28,64	9,67					
9/24/2024	2. sz. étkezési nap (05572)	Tej, tejfőzés, rozmmentes 4-6	R Növényi szendvicskrém, cheddar	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32					
			Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00 1				
			T Limonádé	123,54	29,55	0,03	0,04	0,00	6,95	6,69	0,00					
			Kigyóuborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	2,20	0,01					
			Tonhalkrém	499,42	119,48	0,39	13,00	3,53	0,08	0,00	0,20	4				
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00 1				
			E Tökfőzelék	515,62	123,35	1,90	6,02	0,68	15,11	0,50	0,09					
			Lebbencsleves tej-és	315,68	75,52	1,32	2,59	0,33	11,50	0,26	2,51					
			Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02					
			Fasírt	1 163,03	278,24	14,20	23,79	7,34	1,48	0,00	1,12					
			U fahéjas csiga-TündérManna	1 260,02	301,44	1,00	11,60	5,00	46,60	1,90	1,00					
			V Meleg szendvics	2 031,62	486,03	18,80	16,36	4,54	65,32	0,00	1,05	1				
			Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00					
			P Sonkakrém Liga margarinnal	179,01	42,83	1,71	3,78	1,04	0,44	0,00	0,27					
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00 1				
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00					
			Összesen:	6 759,68	1 617,16	40,70	82,21	26,83	174,72	13,05	6,59					
			9/25/2024	3. sz. étkezési nap (05572)	Tej, tejfőzés, rozmmentes 4-6	R Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00		
						Házi meggyes gyümölcskrém	152,85	36,57	0,35	0,21	0,01	7,84	1,00	0,00		
						Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00 1	
T Diétás pékáru BL	2,86	0,69				0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00 1				
Herba tea	226,35	54,15				0,00	0,00	0,00	13,40	13,39	0,00					
Paprika	16,38	3,92				0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00					
Növényi szendvicskrém	203,99	48,80				0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32					
E Fokhagymakrémleves	473,76	113,34				1,28	8,51	1,00	7,77	0,00	0,74	1				
Mexikói húsos babragu	1 509,06	361,02				18,80	17,17	4,63	32,39	0,00	1,27	1				
Pirított kenyérkocka	64,87	15,52				0,59	0,06	0,02	3,14	0,00	0,00	0,00 1				
Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42				0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02					
U Diétás pékáru BL	2,86	0,69				0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00 1				
Liga margarin	531,22	127,09				0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
Mátrai diákcsemege	100,42	24,03				3,18	1,23	0,43	0,03	0,00	0,49					
V Ásványvíz	0,00	0,00				0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
Hot-dog	2 076,81	218,56				22,52	24,56	9,39	45,84	0,00	0,82	1				
P Sertés párizsi	178,25	42,65				2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46					
Liga margarin	531,22	127,09				0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
Diétás pékáru BL	2,86	0,69				0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00 1				
Jégcsapretek	11,80	2,83				0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01					
Összesen:	6 521,38	1 281,91				50,58	88,41	28,69	138,19	19,01	4,53					
9/26/2024	4. sz. étkezési nap (05572)	Tej, tejfőzés, rozmmentes 4-6	R Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00 1				
			Violife növényi sajt szelet	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00	0,00				
			Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			T Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00					
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00 1				
			Baracklekvár	123,25	29,48	0,05	0,00	0,00	7,27	6,35	0,00	0,00 (12)				
			E Diétás pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02					
			MIMEN piskóta kocka	999,53	239,12	0,87	20,22	1,51	13,65	0,00	0,10					
			Lencsegyűlés tejmentesen	654,51	156,58	14,38	3,10	0,87	17,60	0,00	0,62	10,(12)				
			Vanília sodó	293,88	70,30	0,84	0,73	0,11	14,80	5,39	0,00	0,00 1				
			Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01					
			U Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			Sertés párizsi	178,25	42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46					
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00 1				
			V Uborkasaláta	60,20	14,40	0,41	0,04	0,30	3,09	6,79	0,41					
			Brassói aprópecsenye	2 361,89	565,05	16,34	34,12	8,29	46,60	0,00	1,72					
			Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00					
			P Kenőmájás allergénmentes	290,00	69,38	2,66	5,42	2,02	2,42	0,00	0,23					
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00 1				
Összesen:	7 718,62	1 846,59	39,43	112,48	26,13	165,32	28,06	4,17								
9/27/2024	5. sz. étkezési nap (05572)	Tej, tejfőzés, rozmmentes 4-6	R Sertés párizsi	178,25	42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46					
			Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	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	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00 1				
			T Herba tea	226,35	54,15	0,00	0,00	0,00	13,40	13,39	0,00					
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00 1				
			Olasz felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84					
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01					
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			E Sült csirkecomb	1 430,44	342,21	50,35	14,49	3,42	2,51	0,23	2,54	(10)				
			Petrezselymes burgonya	849,43	203,21	4,44	4,89	1,27	34,17	0,00	1,85					
			Uborkasaláta	60,20	14,40	0,41	0,04	0,30	3,09	6,79	0,41					
			Vegyes gyümölcsleves	362,49	81,50	0,23	0,14	0,02	20,80	12,99	0,25					
			U Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00 1				
			Növényi szendvicskrém	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32					
			V Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
			Gyöngybabfőzelék	977,07	233,75	11,33	6,37	0,81	33,67	0,63	0,95	1				
			Fasírt	812,04	194,27	16,24	13,33	3,38	2,09	0,00	1,16					
			P Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00 1				
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01					
			Növényi túros körözött	13,17	3,15	0,06	0,20	0,00	0,26	0,01	0,25					
Összesen:	6 504,48	1 550,91	89,00	82,14	24,69	113,79	34,04	9,45								

Heti étlap 2024.09.23 - 2024.09.27.

 Tízórai	5802 GM,TM,OM,hal, méz 4-6 éves	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Karamellás rizstej			Sonkakrém Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru, Kígyóborka, Herba tea			Herba tea, Növényi szendvicskrém, Gluténmentes pékáru, Paprika			Baracklekvár, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Rizstej			Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Olasz felvágott, Paradicsom, Herba tea		
		Energia: 396.33 Kcal / 1,656.66 KJ			Energia: 245.33 Kcal / 1,025.48 KJ			Energia: 252.87 Kcal / 1,057.00 KJ			Energia: 386.55 Kcal / 1,615.78 KJ			Energia: 398.58 Kcal / 1,666.06 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.72 g	16.28 g	4.16 g	5.55 g	4.80 g	1.39 g	4.10 g	5.86 g	4.40 g	3.79 g	16.92 g	4.23 g	6.62 g	21.20 g	6.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		54.89 g	22.49 g	0.55 g	41.68 g	15.99 g	0.63 g	42.80 g	13.79 g	0.67 g	50.71 g	14.78 g	0.55 g	41.84 g	13.79 g	1.40 g
(12)																
Ebéd	5802 GM,TM,OM,hal, méz 4-6 éves	Lecsós sertéstokány, Erőleves, Levesbetét, Párolt rizs			Fasírt, Tököfzelék, Lebbencsleves, GM pékáru, ebédhez			GM pékáru, ebédhez, Mexikói húsos egytálétel, Kölesgolyó, Fokhagymakrémleves			GM pékáru, ebédhez, Vanília sodó, Lencsegulyás, MIMEN piskóta kocka			Petrezselymes burgonya, Uborkasaláta, Vegyes gyümölcsleves, Sült csirkecomb		
		Energia: 587.84 Kcal / 2,457.17 KJ			Energia: 578.90 Kcal / 2,419.80 KJ			Energia: 562.54 Kcal / 2,351.42 KJ			Energia: 608.29 Kcal / 2,542.65 KJ			Energia: 609.36 Kcal / 2,547.12 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		16.66 g	31.46 g	6.52 g	17.98 g	32.53 g	8.42 g	18.71 g	23.15 g	4.68 g	16.86 g	26.61 g	2.81 g	55.56 g	17.15 g	3.92 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		59.13 g	0.32 g	3.11 g	52.27 g	2.25 g	3.74 g	69.64 g	1.54 g	1.95 g	74.62 g	6.89 g	0.75 g	58.93 g	18.28 g	3.93 g
		9,10,(12)														
Uzsonna	5802 GM,TM,OM,hal, méz 4-6 éves	Paprika, Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Zala felvágott			fahéjas csiga-TündérManna			Gluténmentes pékáru, Liga margarin, Mátrai diákcsemege			Gluténmentes pékáru, Sertés párizsi, Liga margarin			Növényi szendvicskrém, Gluténmentes pékáru		
		Energia: 317.77 Kcal / 1,328.28 KJ			Energia: 301.44 Kcal / 1,260.02 KJ			Energia: 297.12 Kcal / 1,241.96 KJ			Energia: 315.74 Kcal / 1,319.79 KJ			Energia: 194.80 Kcal / 814.26 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.65 g	18.25 g	5.17 g	1.00 g	11.60 g	5.00 g	6.86 g	16.23 g	4.43 g	6.06 g	18.64 g	5.38 g	3.86 g	5.80 g	4.40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		28.41 g	0.40 g	0.95 g	46.60 g	1.90 g	1.00 g	27.61 g	0.40 g	1.04 g	27.62 g	0.40 g	1.01 g	28.80 g	0.40 g	0.67 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-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	
Quadro Byte Zrt					Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Danubia Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Csoportos adószám: 17783408-5-10
Adószám: 26215833-4-13
Élelmiszer-ellenőrzési hatóság

Tételes étlap 2024.09.23. - 2024.09.29.																	
	Dátum	Étlap kód		Energia (kJ)	Energia (kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	1. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár				
9/23/2024	2024.09.23.	GM, TM, OM, hal, citr. ep. man 4-6	R Almálé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00						
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35						
			Vanília növényi túrkrém	68,09	16,29	0,03	0,39	0,00	3,12	3,02	0,00	0,00					
			T Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20						
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35						
			Karamellás rizstej	515,15	123,24	0,04	1,28	0,16	27,31	22,09	0,00	0,00					
			E Lecsdós sertéstopokány	937,43	224,27	10,27	18,84	5,32	3,12	0,00	0,59						
			Erőleves	296,30	70,28	1,25	5,63	0,40	3,96	0,02	1,08	9					
			Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01						
			Párolt rizs	1 138,62	272,40	4,90	6,87	0,79	47,43	0,00	1,43						
			U Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	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						
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35						
			Zala felvágott	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40						
			V Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00						
			Hamburger	1 236,65	295,85	14,58	8,45	2,93	37,06	3,90	2,79						
			P Turista felvágott	242,59	58,04	3,04	5,04	1,82	0,06	0,00	0,63						
			Növényi szendvicskrém	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32						
			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:	8 433,49	2 017,00	52,42	86,73	25,20	239,61	30,93	9,05						
9/24/2024	2024.09.24.	GM, TM, OM, hal, citr. ep. man 4-6	R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00						
			Növényi szendvicskrém, cheddar	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32						
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35						
			T 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						
			Kígyóborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	2,20	0,01						
			Herba tea	226,35	54,15	0,00	0,00	0,00	13,40	13,39	0,00						
			E Fasírt	1 163,03	278,24	14,20	23,79	7,34	1,48	0,00	1,12						
			Tokfőzelék	516,06	123,46	1,90	6,04	0,77	15,11	0,50	0,09						
			Lebbencsleves	308,38	73,78	1,28	2,55	0,29	11,17	0,25	2,51						
			GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02						
			U fahéjas csiga-TündérManna	1 260,02	301,44	1,00	11,60	5,00	46,60	1,90	1,00						
			V Meleg szendvics	2 492,87	596,38	9,24	16,64	4,23	100,60	6,00	1,13						
			Aímalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00						
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35						
			P Sonkakrém Liga margarinnal	179,01	42,83	1,71	3,78	1,04	0,44	0,00	0,27						
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00						
			Összesen:	8 818,73	2 109,76	43,22	76,21	24,68	298,53	26,94	7,79						
			9/25/2024	2024.09.25.	GM, TM, OM, hal, citr. ep. man 4-6	R Almálé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00			
						Házi meggyes gyümölcskrém	152,85	36,57	0,35	0,21	0,01	7,84	1,00	0,00			
						Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35			
T Herba tea	226,35	54,15				0,00	0,00	0,00	13,40	13,39	0,00						
Növényi szendvicskrém	203,99	48,80				0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32						
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						
E GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42				0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02						
Mexikói húsos egyfőzelék	1 355,35	324,24				16,50	14,38	3,65	31,83	0,00	1,19						
Kölesgöyő	88,86	21,26				0,78	0,20	0,04	4,80	0,04	0,00						
Fokhagymakrémleves	474,91	113,62				0,83	8,42	0,97	8,50	0,00	0,74						
U Gluténmentes pékáru	610,28	146,00				3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35						
Liga margarin	531,22	127,09				0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20						
Mátrai diákcsengete	100,42	24,03				3,18	1,23	0,43	0,03	0,00	0,49						
V Ásványvíz	0,00	0,00				0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00						
Hot-dog	2 383,79	292,00				22,28	26,00	9,59	55,24	0,80	0,70						
P Jégcsapretek	11,80	2,83				0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01						
Gluténmentes pékáru	610,28	146,00				3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35						
Sertés párizsi	178,25	42,65				2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46						
Liga margarin	531,22	127,09				0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20						
Összesen:	9 129,47	1 905,83				62,22	91,11	28,70	258,82	21,45	5,73						
9/26/2024	2024.09.26.	GM, TM, OM, hal, citr. ep. man 4-6	R Violefe növényi sajt szelet	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00						
			Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00						
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35						
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20						
			T Baracklekvár	123,25	29,48	0,05	0,00	0,00	7,27	6,35	0,00	(12)					
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20						
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35						
			Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00						
			E GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02						
			Vanília sodó	294,70	70,50	0,53	0,66	0,09	15,31	5,39	0,00						
			Lencsegyúdos	816,12	195,25	14,86	5,58	1,19	21,15	0,00	0,63	10,(12)					
			MIMEN piskóta kocka	999,53	239,12	0,87	20,22	1,51	13,65	0,00	0,10						
			U Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35						
			Sertés párizsi	178,25	42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46						
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20						
			V Uborkasaláta	60,20	14,40	0,41	0,04	0,30	3,09	6,79	0,41						
			Brassói aprópecsenye	1 384,62	331,25	17,14	10,32	2,30	41,29	0,00	1,54						
			Aímalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00						
			P Kenőmájás allergénmentes	290,00	69,38	2,66	5,42	2,02	2,42	0,00	0,23						
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35						
			Összesen:	9 001,19	2 153,41	54,24	94,64	21,24	255,47	29,66	5,39						
9/27/2024	2024.09.27.	GM, TM, OM, hal, citr. ep. man 4-6	R Almálé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00						
			Sertés párizsi	178,25	42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46						
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20						
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35						
			T Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20						
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35						
			Olasz felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84						
			Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01						
			Herba tea	226,35	54,15	0,00	0,00	0,00	13,40	13,39	0,00						
			E Petrezselymes burgonya	753,24	180,20	4,42	2,36	0,30	34,14	0,00	0,73						
			Uborkasaláta	60,20	14,40	0,41	0,04	0,30	3,09	6,79	0,41						
			Vegyes gyümölcsleves	361,27	75,99	0,51	0,24	0,02	20,20	11,49	0,25						
			Sült csirkecomb	1 416,07	338,77	50,22	14,51	3,30	1,50	0,00	2,54						
			U Növényi szendvicskrém	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32						
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35						
			V Gyöngybabfőzelék	978,02	233,98	10,97	6,29	0,77	34,27	0,63	0,95						
			Fasírt	812,04	194,27	16,24	13,33	3,38	2,09	0,00	1,16						
			Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00						
			P Növényi túróz körözött	13,17	3,15	0,06	0,20	0,00	0,26	0,01	0,25						
			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	0,01						
Összesen:	8 823,33	2 100,42	103,21	83,65	24,36	222,15	33,91	9,73									
9/28/2024	2024.09.28.	GM, TM, OM, ha	E Gyűléysleves	442,32	105,82	6,60	4,53	1,04	9,37	0,00	0,11						
			Kulcsocdardás tészta	1 575,81	376,99	5,36	9,93	0,65	70,11	3,24	0,14						
			Baracklekvár	109,63	26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	5,51	0,00	(12)					
			Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00						
			Összesen:	2 295,59	549,19	12,02	12,46	1,69	95,91	18,74	0,25						
9/29/2024	2024.09.29.	GM, TM, OM, ha	E Magyaros karalébelevés	256,69	61,11	1,52	1,58	0,18	10,16	0,00	0,57						
			Fokhagymás sertéssült	1 652,06	395,23	21,32	33,34	10,82	1,98	0,00	0,21						
			Párolt rizs	1 138,62	272,40	4,90	6,87	0,79	47,43	0,00	1,43						
			Összesen:	3 047,37	728,74	27,74	41,79	11,79	59,57	0,00	2,21						

			hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek					
Tízórai			(05902) Gluténmentes4-6			Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Karamellás tej			Gluténmentes pékáru, Limonádé, Tonhalkrém, Kígyóborka			Magyaros vajkrém, Gluténmentes pékáru, Paprika, Herba tea			Liga margarin, Gluténmentes pékáru, Tej, Baracklevél			Herba tea, Gluténmentes pékáru, Paradicsom, Olasz felvágott, Liga margarin		
			Energia: 374.34 Kcal / 1,564.74 KJ			Energia: 297.38 Kcal / 1,243.05 KJ			Energia: 280.03 Kcal / 1,170.53 KJ			Energia: 336.57 Kcal / 1,406.86 KJ			Energia: 335.03 Kcal / 1,400.43 KJ					
			Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
			10.49 g	11.02 g	3.73 g	4.26 g	14.06 g	3.88 g	4.38 g	9.06 g	4.07 g	10.54 g	11.02 g	3.73 g	6.60 g	14.20 g	4.40 g			
			Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
54.93 g	17.14 g	0.72 g	34.87 g	9.29 g	0.56 g	41.90 g	13.79 g	0.36 g	45.46 g	6.75 g	0.72 g	41.80 g	13.79 g	1.30 g						
7			4			7			7,(12)											
Ebéd			(05902) Gluténmentes4-6			Erőleves, Levesbetét, Párolt rizs, Lecsós sertéstkóty			Fasírt, Tökfőzelék, Lebbencsleves, GM pékáru, ebédhez			GM pékáru, ebédhez, Fokhagymakrémleves, Kölesgolyó, Mexikói húsos egytálétel			Lencsegulyás, MIMEN piskóta kocka, GM pékáru, ebédhez, Vanília sodó			Petrezselymes burgonya, Uborkasaláta, Sült csirkecomb, Vegyes gyümölcsleves		
			Energia: 587.84 Kcal / 2,457.17 KJ			Energia: 439.78 Kcal / 1,838.28 KJ			Energia: 562.54 Kcal / 2,351.42 KJ			Energia: 608.29 Kcal / 2,542.65 KJ			Energia: 439.97 Kcal / 1,839.07 KJ					
			Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
			16.66 g	31.46 g	6.52 g	10.88 g	20.63 g	4.75 g	18.71 g	23.15 g	4.68 g	16.86 g	26.61 g	2.81 g	30.45 g	9.89 g	2.27 g			
			Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
59.13 g	0.32 g	3.11 g	51.53 g	2.25 g	3.18 g	69.64 g	1.54 g	1.95 g	74.62 g	6.89 g	0.75 g	58.18 g	18.28 g	2.66 g						
9									10,(12)											
Uzsonna			(05902) Gluténmentes4-6			Paprika, Gluténmentes pékáru, Zala felvágott, Liga margarin			fahéjas csiga- TündérManna			Gluténmentes pékáru, Mátrai diákcsemege, Liga margarin			Liga margarin, Sertés párizsi, Gluténmentes pékáru			Kockasajittal, Gluténmentes pékáru		
			Energia: 254.22 Kcal / 1,062.64 KJ			Energia: 301.44 Kcal / 1,260.02 KJ			Energia: 233.58 Kcal / 976.36 KJ			Energia: 252.19 Kcal / 1,054.15 KJ			Energia: 221.31 Kcal / 925.08 KJ					
			Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
			6.63 g	11.25 g	3.27 g	1.00 g	11.60 g	5.00 g	6.84 g	9.23 g	2.53 g	6.04 g	11.64 g	3.48 g	7.82 g	7.25 g	3.92 g			
			Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
28.37 g	0.40 g	0.85 g	46.60 g	1.90 g	1.00 g	27.57 g	0.40 g	0.94 g	27.58 g	0.40 g	0.91 g	28.00 g	0.40 g	1.05 g						

Elmezesvezető



Tételes étlap 2024.09.23. - 2024.09.29.															
	Dátum		Étlap tétel	Energia (kJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír/sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár		
9/23/2024	Létező (05902)	Gluténmentes4-6	R	Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35			
				Vanília túrókrém	136,40	32,63	2,70	1,41	0,77	2,23	1,50	0,01	7,(12)		
				Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00			
			T	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			
				Karamellás tej	688,87	164,80	6,83	3,02	1,63	27,39	16,74	0,27	7		
			E	Erőleves	296,30	70,28	1,25	5,63	0,40	3,96	0,02	1,08	9		
				Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01			
				Párolt rizs	1 138,62	272,40	4,90	6,87	0,79	47,43	0,00	1,43			
				Lecsós sertéstkány	937,43	224,27	10,27	18,84	5,32	3,12	0,00	0,59			
			U	Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
				Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35			
				Zala felvágott	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40			
				Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
			V	Hamburger	4 100,32	980,94	109,76	41,69	14,64	37,57	3,90	1,95			
				Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
			P	Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00			
				Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35			
	Turista felvágott	242,59	58,04	3,04	5,04	1,82	0,06	0,00	0,63						
	Natúr sajtkrém	316,26	75,66	1,10	7,70	4,58	0,40	0,00	0,24	7					
	Összesen:	11 120,24	2 659,75	157,90	111,63	35,73	238,33	24,06	8,21						
9/24/2024	Létező (05902)	Gluténmentes4-6	R	Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
				Natúr sajtkrém	316,26	75,66	1,10	7,70	4,58	0,40	0,00	0,24	7		
				Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35			
			T	Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35			
				Limonádé	123,54	29,55	0,03	0,04	0,00	6,95	6,69	0,00			
				Tonhalkrém	499,42	119,48	0,39	13,00	3,53	0,08	0,00	0,20	4		
				Kigyóuborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	2,20	0,01			
			E	Fasírt	581,51	139,12	7,10	11,89	3,67	0,74	0,00	0,56			
				Tökfőzelék	516,06	123,46	1,90	6,04	0,77	15,11	0,50	0,09			
				Lebbencsleves	308,38	73,78	1,28	2,55	0,29	11,17	0,25	2,51			
				GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02			
			U	fahéjs csiga-TündérManna	1 260,02	301,44	1,00	11,60	5,00	46,60	1,90	1,00			
			V	Meleg szendvics	2 492,87	596,38	9,24	16,64	4,23	100,60	6,00	1,13			
				Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00			
			P	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			
				Sonkakrém Liga margarinnal	179,01	42,83	1,71	3,78	1,04	0,44	0,00	0,27			
				Összesen:	8 567,08	2 049,55	35,71	76,47	23,88	290,08	20,24	7,08			
9/25/2024	Létező (05902)	Gluténmentes4-6	R	Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00			
				Házi gyümölcsjoghurt	592,04	141,64	4,17	4,32	2,35	21,32	14,51	0,36	7		
				Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35			
			T	Magyaros vajkrém	317,52	75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	0,00	0,01	7		
				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			
				Herba tea	226,35	54,15	0,00	0,00	0,00	13,40	13,39	0,00			
			E	GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02			
				Fokhagymakrémleves	474,91	113,62	0,83	8,42	0,97	8,50	0,00	0,74			
				Kölesgolyó	88,86	21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,04	0,00			
				Mexikói húsos egytálétel	1 355,35	324,24	16,50	14,38	3,65	31,83	0,00	1,19			
			U	Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35			
				Mátrai diákcsemege	100,42	24,03	3,18	1,23	0,43	0,03	0,00	0,49			
				Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
			V	Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
				Hot-dog	2 383,79	292,00	22,28	26,00	9,59	55,24	0,80	0,70			
			P	Sertés párizsi	178,25	42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46			
				Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35			
	Jégcsapretek	11,80	2,83	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01						
	Liga margarin	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10						
	Összesen:	9 150,97	1 910,98	66,28	84,42	26,91	271,32	34,96	5,58						
9/26/2024	Létező (05902)	Gluténmentes4-6	R	Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35			
				Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
				Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
				Sajt szelet	294,84	70,53	5,24	5,32	3,38	0,34	0,00	0,40	7		
			T	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			
				Tej	407,75	97,55	6,83	3,02	1,63	10,65	0,00	0,27	7		
				Baracklekvár	123,25	29,48	0,05	0,00	0,00	7,27	6,35	0,00	(12)		
			E	Lencsegyulás	816,12	195,25	14,86	5,58	1,19	21,15	0,00	0,63	10,(12)		
				MIMEN piskóta kokca	999,53	239,12	0,87	20,22	1,51	13,65	0,00	0,10			
				GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02			
				Vanília sodó	294,70	70,50	0,53	0,66	0,09	15,31	5,39	0,00			
			U	Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
				Sertés párizsi	178,25	42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46			
				Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35			
			V	Brassói aprópecsenye	1 384,62	331,25	17,14	10,32	2,30	41,29	0,00	1,54			
				Uborkasaláta	60,20	14,40	0,41	0,04	0,30	3,09	6,79	0,41			
				Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00			
P	Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35						
	Kenőmájas allergénmentes	290,00	69,38	2,66	5,42	2,02	2,42	0,00	0,23						
	Összesen:	8 520,17	2 038,31	66,19	79,37	20,32	249,88	21,63	5,76						
9/27/2024	Létező (05902)	Gluténmentes4-6	R	Sertés párizsi	178,25	42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46			
				Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35			
				Almalé 100%	0,66	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00			
				Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
			T	Herba tea	226,35	54,15	0,00	0,00	0,00	13,40	13,39	0,00			
				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	0,01			
				Olasz felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84			
				Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10			
			E	Petrezselymes burgonya	753,24	180,20	4,42	2,36	0,30	34,14	0,00	0,73			
				Uborkasaláta	60,20	14,40	0,41	0,04	0,30	3,09	6,79	0,41			
				Sült csirkecomb	708,03	169,38	25,11	7,25	1,65	0,75	0,00	1,27			
				Vegyes gyümölcsleves	361,27	75,99	0,51	0,24	0,02	20,20	11,49	0,25			
			U	Kockasajttal	314,79	75,31	4,18	6,25	3,72	0,50	0,00	0,70	7		
				Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35			
			V	Gyöngybabfőzelék	978,02	233,98	10,97	6,29	0,77	34,27	0,63	0,95			
				Fasírt	406,02	97,13	8,12	6,66	1,69	1,04	0,00	0,58			
				Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
P	Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35						
	Körözött	121,57	29,09	2,62	1,62	0,88	0,98	0,00	0,26	7					
	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01						
	Összesen:	7 397,25	1 759,24	76,46	58,59	17,62	220,19	33,90	8,07						



Tételes étlap 2024.09.23. - 2024.09.29.														
	Diéta		Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsav (g)	Szénhidrá t (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
9/23/2024	László (06002)	Glutén,tejt,tojás,OM,szója4-6	T	Karamellás rizstej	515,15	123,24	0,04	1,28	0,16	27,31	22,09	0,00		
				Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
				Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35		
			E	Párolt rizs	1 138,62	272,40	4,90	6,87	0,79	47,43	0,00	1,43		
				Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01		
				Lecsós sertéstokány	937,43	224,27	10,27	18,84	5,32	3,12	0,00	0,59		
				Erőleves	296,30	70,28	1,25	5,63	0,40	3,96	0,02	1,08	9	
			U	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		
				Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
				Zala felvágott	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40		
				Összesen:	5 444,57	1 301,94	27,03	65,99	15,85	142,43	23,21	4,61		
9/24/2024	László (06002)	Glutén,tejt,tojás,OM,szója4-6												
			T	Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35		
				Herba tea	226,35	54,15	0,00	0,00	0,00	13,40	13,39	0,00		
				Kigyóuborka	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	2,20	0,01		
				Tonhalkrém	499,42	119,48	0,39	13,00	3,53	0,08	0,00	0,20	4	
			E	GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02		
				Tökfőzelék	516,06	123,46	1,90	6,04	0,77	15,11	0,50	0,09		
				Fasírt	1 163,03	278,24	14,20	23,79	7,34	1,48	0,00	1,12		
				Lebbencsleves	308,38	73,78	1,28	2,55	0,29	11,17	0,25	2,51		
			U	fahéjas csiga-TündérManna	1 260,02	301,44	1,00	11,60	5,00	46,60	1,90	1,00		
				Összesen:	5 025,67	1 202,32	23,21	58,15	17,30	140,19	20,14	5,30		
			9/25/2024	László (06002)	Glutén,tejt,tojás,OM,szója4-6									
T	Növényi szendvicskrém	203,99				48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32		
	Gluténmentes pékáru	610,28				146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35		
	Herba tea	226,35				54,15	0,00	0,00	0,00	13,40	13,39	0,00		
	Paprika	16,38				3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
E	Fokhagymakrémleves	474,91				113,62	0,83	8,42	0,97	8,50	0,00	0,74		
	Mexikói húsos egytálétel	1 355,35				324,24	16,50	14,38	3,65	31,83	0,00	1,19		
	GM pékáru, ebédhez	432,30				103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02		
	Kölesgolyó	88,86				21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,04	0,00		
U	Gluténmentes pékáru	610,28				146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35		
	Liga margarin	531,22				127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Mátrai diákcsemege	100,42				24,03	3,18	1,23	0,43	0,03	0,00	0,49		
	Összesen:	4 650,34	1 112,53	29,67	45,24	13,51	140,05	15,73	3,66					
9/26/2024	László (06002)	Glutén,tejt,tojás,OM,szója4-6												
			T	Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
				Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35		
				Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00		
				Baracklekvár	123,25	29,48	0,05	0,00	0,00	7,27	6,35	0,00	(12)	
			E	Lencsegulyás	816,12	195,25	14,86	5,58	1,19	21,15	0,00	0,63	10,(12)	
				Vanília sodó	294,70	70,50	0,53	0,66	0,09	15,31	5,39	0,00		
				MIMEN piskóta kocka	999,53	239,12	0,87	20,22	1,51	13,65	0,00	0,10		
				GM pékáru, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02		
			U	Sertés párizsi	178,25	42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46		
				Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
				Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35		
	Összesen:	5 478,19	1 310,58	26,71	62,17	12,42	152,95	22,07	2,31					
9/27/2024	László (06002)	Glutén,tejt,tojás,OM,szója4-6												
			T	Paradicsom	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01		
				Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35		
				Olasz felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
				Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
				Herba tea	226,35	54,15	0,00	0,00	0,00	13,40	13,39	0,00		
			E	Sült csirkecomb	1 416,07	338,77	50,22	14,51	3,30	1,50	0,00	2,54		
				Uborkasaláta	60,20	14,40	0,41	0,04	0,30	3,09	6,79	0,41		
				Vegyes gyümölcsleves	361,27	75,99	0,51	0,24	0,02	20,20	11,49	0,25		
				Petrezselymes burgonya	753,24	180,20	4,42	2,36	0,30	34,14	0,00	0,73		
			U	Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35		
				Növényi szendvicskrém	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32		
	Összesen:	5 071,10	1 202,74	66,04	44,15	14,62	129,57	32,47	6,00					

Heti étlap 2024.09.23. - 2024.09.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	Diétás pékáru BL DIAB , Herba tea édesítőszerrel, Liga margarin, Soproni felvágott, Alma	Limonádé, Tonhalkrém, Alma, Kígyóuborka, Diétás pékáru BL DIAB	Herba tea édesítőszerrel, Diétás pékáru BL DIAB , Magyaros vajkrém, Alma, Paprika	Alma, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB , Herba tea édesítőszerrel, Diabetikus szilvalekvár	Liga margarin, Alma, Paradicsom, Herba tea édesítőszerrel, Olasz felvágott, Diétás pékáru BL DIAB
		Energia: 367.85 Kcal / 1,537.61 KJ	Energia: 351.86 Kcal / 1,470.77 KJ	Energia: 261.39 Kcal / 1,092.61 KJ	Energia: 234.15 Kcal / 978.75 KJ	Energia: 376.61 Kcal / 1,574.23 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		8.16 g27.19 g8.40 g	3.87 g26.96 g7.38 g	3.92 g16.96 g7.75 g	1.98 g14.77 g3.81 g	8.56 g27.27 g8.42 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		21.10 g0.04 g1.93 g	22.03 g4.40 g0.46 g	21.87 g0.04 g0.06 g	21.78 g0.04 g0.27 g	22.70 g0.04 g1.94 g
Ebéd	(06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	Párolt barna rizs, Lecsós sertésragu, Erőleves, Kiskocka	Fasírt, Tökfőzelék, Lebbencsleves, Diétás pékáru BL, ebédhez	Kölesgolyó, Fokhagymakrémleves, Mexikói húsos egytálétel	Körte, Lencsegulyás, Kölesfelfújt	Uborkasaláta, Sült csirkecomb, Vegyes gyümölcsleves, Petrezselymes burgonya
		Energia: 516.91 Kcal / 2,160.68 KJ	Energia: 509.77 Kcal / 2,130.84 KJ	Energia: 305.27 Kcal / 1,276.03 KJ	Energia: 242.92 Kcal / 1,015.41 KJ	Energia: 531.46 Kcal / 2,221.50 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		14.75 g34.90 g7.76 g	19.78 g31.78 g8.51 g	12.19 g13.01 g2.68 g	12.29 g5.98 g1.65 g	54.36 g18.19 g4.81 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		35.32 g0.00 g7.15 g	35.52 g0.31 g3.17 g	36.12 g0.86 g1.32 g	34.62 g0.00 g0.40 g	36.96 g17.21 g4.64 g
Uzsonna	(06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	Zala felvágott, Paprika, Diétás pékáru BL DIAB , Liga margarin	fahéjas csiga- TündérManna	Diétás pékáru BL DIAB , Liga margarin, Mátrai diákcsemege	Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB , Sertés párizsi	Diétás pékáru BL DIAB , Kockasajt
		Energia: 237.28 Kcal / 991.83 KJ	Energia: 30.14 Kcal / 125.99 KJ	Energia: 201.18 Kcal / 840.93 KJ	Energia: 238.42 Kcal / 996.60 KJ	Energia: 176.66 Kcal / 738.44 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		6.80 g20.61 g6.14 g	0.10 g1.16 g0.50 g	7.42 g16.60 g4.67 g	5.82 g21.42 g6.56 g	9.38 g12.64 g7.45 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		5.87 g0.00 g1.01 g	4.66 g0.19 g0.10 g	5.30 g0.00 g1.20 g	5.32 g0.00 g1.13 g	6.16 g0.00 g1.42 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

2-rák

3-tojás
- 4-hal

5-földimogyoró

6-szója
- 7-tejtermék

8-diófélék

9-zeller
- 10-mustár

11-szezám

12-kéndioxid-szul
- 13-csillagfűrt

14-puhatestűek

15-mesterséges édesítőszer
- 16-édesgyökér

1/1

Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Danubia Kft.

2730 Alberti út, Pesti út 65.

Csepehősi adószám: 17783408-5-13

Adószám: 26215833-4-13

Élelmézszeveto

Tételes étlap 2024.09.23. - 2024.09.29.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/23/2024	bárány (06361)	Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	T	Diétás pékáru BL DIAB	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03 1	
				Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00 15	
				Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
				Soproni felvágott	559,78	133,92	5,48	12,32	4,58	0,12	0,00	1,68	
				Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
			E	Párolt barna rizs	444,16	106,26	1,51	2,95	0,35	18,29	0,00	0,49	
				Lecsős sertésragu	1 022,84	244,70	9,85	21,30	6,28	3,11	0,00	0,76	
				Erőleves	533,15	127,55	1,89	10,31	1,07	6,63	0,00	5,84 9,(1)	
				Kiskocka	160,52	38,40	1,50	0,34	0,06	7,29	0,00	0,06 1,3	
			U	Zala felvágott	340,77	81,52	5,46	6,38	2,33	0,46	0,00	0,80	
				Paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
				Diétás pékáru BL DIAB	87,06	20,83	0,82	0,11	0,01	4,13	0,00	0,01 1	
				Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
	Összesen:	4 690,08	1 122,04	29,71	82,70	22,30	62,29	0,04	10,09				
9/24/2024	bárány (06361)	Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U											
			T	Limonádé	16,55	3,96	0,05	0,06	0,00	0,38	0,00	0,00 15	
				Tonhalkrém	998,83	238,95	0,78	25,99	7,06	0,15	0,00	0,40 4	
				Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
				Kígyóuborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	4,40	0,01	
				Diétás pékáru BL DIAB	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03 1	
			E	Fasírt	1 505,63	360,20	17,32	24,93	7,59	16,18	0,00	1,54 1,3	
				Tökfőzelék	329,68	78,87	1,21	4,10	0,31	9,27	0,00	0,06	
				Lebbencsleves	209,07	50,02	1,13	2,72	0,61	5,17	0,01	1,57 1,3	
				Diétás pékáru BL, ebédhez	86,46	20,68	0,12	0,03	0,00	4,90	0,30	0,00	
			U	fahéjas csiga-TündérManna	126,00	30,14	0,10	1,16	0,50	4,66	0,19	0,10	
				Összesen:	3 727,66	891,77	23,75	59,90	16,39	62,21	4,90	3,73	
			9/25/2024	bárány (06361)	Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U								
T	Herba tea édesítőszerrel	10,82				2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00 15	
	Diétás pékáru BL DIAB	195,89				46,86	1,84	0,24	0,02	9,29	0,00	0,03 1	
	Magyaros vajkrém	635,04				151,92	1,00	16,00	7,73	0,80	0,00	0,01 7	
	Alma	218,12				52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
	Paprika	32,76				7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
E	Kölesgolyó	148,10				35,43	1,30	0,34	0,07	8,00	0,06	0,00	
	Fokhagymakrémleves	300,53				70,68	0,76	3,84	0,31	8,58	0,80	0,59	
	Mexikói húsos egytálétel	832,48				199,16	10,13	8,83	2,30	19,54	0,00	0,73	
U	Diétás pékáru BL DIAB	108,83				26,04	1,02	0,14	0,01	5,16	0,00	0,02 1	
	Liga margarin	531,22				127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
	Mátrai diákcsemege	200,84				48,05	6,36	2,46	0,86	0,06	0,00	0,98	
	Összesen:	3 214,63				767,84	23,53	46,57	15,10	63,29	0,90	2,58	
9/26/2024	bárány (06361)	Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U											
			T	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
				Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
				Diétás pékáru BL DIAB	108,83	26,04	1,02	0,14	0,01	5,16	0,00	0,02 1	
				Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00 15	
				Diabetikus szilvalekvár	109,74	26,25	0,32	0,03	0,00	5,96	0,00	0,03 15	
			E	Körte	166,14	39,75	0,30	0,23	0,00	9,00	0,00	0,01	
				Lencsegyulás	326,45	78,10	5,94	2,23	0,48	8,46	0,00	0,25 10,(12)	
				Kölesfelfújt	522,80	125,07	6,05	3,52	1,17	17,16	0,00	0,14 3,7,15	
			U	Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
				Diétás pékáru BL DIAB	108,83	26,04	1,02	0,14	0,01	5,16	0,00	0,02 1	
				Sertés párizsi	356,50	85,29	4,76	7,28	2,75	0,08	0,00	0,91	
				Összesen:	2 990,67	715,49	20,09	42,17	12,02	61,72	0,04	1,80	
9/27/2024	bárány (06361)	Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U											
			T	Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
				Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
				Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01	
				Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00 15	
				Olasz felvágott	559,78	133,92	5,48	12,32	4,58	0,12	0,00	1,68	
				Diétás pékáru BL DIAB	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03 1	
			E	Uborkasaláta	150,51	36,01	1,02	0,10	0,75	7,72	16,98	1,02	
				Sült csirkecomb	1 430,44	342,21	50,35	14,49	3,42	2,51	0,23	2,54 (10)	
				Vegyes gyümölcsleves	125,31	29,98	0,34	0,13	0,02	6,39	0,00	0,06 15	
				Petrezselymes burgonya	523,86	123,26	2,65	3,47	0,62	20,34	0,00	1,02 (7)	
			U	Diétás pékáru BL DIAB	108,83	26,04	1,02	0,14	0,01	5,16	0,00	0,02 1	
				Kockasajt	629,58	150,62	8,36	12,50	7,44	1,00	0,00	1,40 7	
	Összesen:	4 542,75	1 084,73	72,30	58,10	20,68	65,82	17,25	8,00				

Heti étlap 2024.09.23 - 2024.09.27.

 Tízórai	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Soproni felvágott, Herba tea édesítőszerrel, Liga margarin, Diétás pékáru BL DIAB, Alma			Limonádé, Tonhalkrém, Diétás pékáru BL DIAB, Alma, Kígyóborka			Alma, Paprika, Magyaros vajkrém, Diétás pékáru BL DIAB, Herba tea édesítőszerrel			Diétás pékáru BL DIAB, Herba tea édesítőszerrel, Liga margarin, Diabetikus szilvalekvár, Alma			Diétás pékáru BL DIAB, Liga margarin, Paradicsom, Alma, Olasz felvágott, Herba tea édesítőszerrel		
		Energia: 443.64 Kcal / 1,854.42 KJ			Energia: 427.65 Kcal / 1,787.58 KJ			Energia: 332.21 Kcal / 1,388.64 KJ			Energia: 309.94 Kcal / 1,295.55 KJ			Energia: 452.40 Kcal / 1,891.03 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.40 g	27.74 g	8.41 g	6.11 g	27.51 g	7.39 g	5.96 g	17.49 g	7.76 g	4.22 g	15.32 g	3.82 g	10.80 g	27.82 g	8.43 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		36.19 g	0.04 g	1.97 g	37.12 g	4.40 g	0.50 g	35.97 g	0.04 g	0.09 g	36.87 g	0.04 g	0.30 g	37.79 g	0.04 g	1.98 g
1,15			1,4,15			1,7,15			1,15			1,15				

Ebéd	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	Párolt barna rizs, Erőleves, Kiskocka, Lecsós sertésragu			Diétás pékáru BL, ebédhez, Fasírt, Tökfőzelék, Lebbencsleves			Kölesgolyó, Mexikói húsos egytálétel, Fokhagymakrémleves			Körte, Lencsegulyás, Kölesfelfújt			Petrezselymes burgonya, Sült csirkecomb, Uborkasaláta, Vegyes gyümölcsleves		
		Energia: 495.66 Kcal / 2,071.86 KJ			Energia: 418.01 Kcal / 1,747.28 KJ			Energia: 259.15 Kcal / 1,083.25 KJ			Energia: 227.02 Kcal / 948.94 KJ			Energia: 500.65 Kcal / 2,092.72 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		14.45 g	34.31 g	7.69 g	16.02 g	25.77 g	6.91 g	10.55 g	10.79 g	2.27 g	12.17 g	5.89 g	1.65 g	53.70 g	17.32 g	4.65 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		31.66 g	0.00 g	7.05 g	29.96 g	0.31 g	2.85 g	31.18 g	0.66 g	1.07 g	31.02 g	0.00 g	0.39 g	31.88 g	17.21 g	4.38 g
		1,3,9			1,3			3,7,10,15,(12)			15,(7),(10)					

Uzsonna	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	Zala felvágott, Diétás pékáru BL DIAB , Liga margarin, Paprika, Körte			fahéjas csiga-TündérManna, Körte			Mátrai diákcsemege, Liga margarin, Körte, Diétás pékáru BL DIAB			Liga margarin, Sertés párizsi, Diétás pékáru BL DIAB , Körte			Diétás pékáru BL DIAB , Körte, Kockasajt		
		Energia: 284.42 Kcal / 1,188.88 KJ			Energia: 99.21 Kcal / 414.70 KJ			Energia: 243.11 Kcal / 1,016.20 KJ			Energia: 280.35 Kcal / 1,171.86 KJ			Energia: 218.59 Kcal / 913.71 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8.14 g	20.86 g	6.15 g	0.43 g	3.04 g	1.25 g	8.56 g	16.82 g	4.68 g	6.96 g	21.64 g	6.57 g	10.52 g	12.86 g	7.46 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		15.66 g	0.00 g	1.03 g	17.05 g	0.48 g	0.25 g	14.06 g	0.00 g	1.21 g	14.08 g	0.00 g	1.14 g	14.92 g	0.00 g	1.43 g
		1						1			1			1,7		

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

Allergén lista (kód-allergén)

- 1-glutén

2-rák

3-tojás
- 4-hal

5-földimogyoró

6-szója
- 7-tejterm

8-diófélé

9-zeller
- 10-mustár

11-szezám

12-kéndioxid-szulf
- 13-csillagfűrt

14-puhatestűek

15-mesterséges édesítősz

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Danubia Kft.
2730 Alberti út, Pesti út 65.
Céginformációk: 17783403-5-1-1
Adószám: 26215833-4-13
Élelmiszervezető

Tételek étlap 2024.09.23. - 2024.09.29.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/23/2024	László (06381)	Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	T Soproni felvágott	559,78	133,92	5,48	12,32	4,58	0,12	0,00	1,68	
			Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15	
			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
			Alma	327,18	78,27	0,90	0,90	0,00	15,75	0,00	0,03	
			E Párolt barna rizs	355,33	85,01	1,21	2,36	0,28	14,63	0,00	0,39	
			Erőleves	533,15	127,55	1,89	10,31	1,07	6,63	0,00	5,84	9,(1)
			Kiskocka	160,52	38,40	1,50	0,34	0,06	7,29	0,00	0,06	1,3
			Lecsós sertésragu	1 022,84	244,70	9,85	21,30	6,28	3,11	0,00	0,76	
			U Zala felvágott	340,77	81,52	5,46	6,38	2,33	0,46	0,00	0,80	
			Diétás pékáru BL DIAB	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
			Körte	66,45	15,90	0,12	0,09	0,00	3,60	0,00	0,00	
			Összesen:	5 115,12	1 223,72	32,99	82,91	22,25	83,51	0,04	10,05	
9/24/2024	László (06381)	Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	T Limonádé	16,55	3,96	0,05	0,06	0,00	0,38	0,00	0,00	15
			Tonhalkrém	998,83	238,95	0,78	25,99	7,06	0,15	0,00	0,40	4
			Diétás pékáru BL DIAB	425,42	101,77	3,98	0,52	0,03	20,16	0,00	0,06	1
			Alma	327,18	78,27	0,90	0,90	0,00	15,75	0,00	0,03	
			Kigyóuborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	4,40	0,01	
			E Diétás pékáru BL, ebédhez	86,46	20,68	0,12	0,03	0,00	4,90	0,30	0,00	
			Fasírt	1 204,50	288,16	13,86	19,94	6,07	12,94	0,00	1,23	1,3
			Tökfőzelék	247,26	59,15	0,91	3,08	0,23	6,95	0,00	0,05	
			Lebbencsleves	209,07	50,02	1,13	2,72	0,61	5,17	0,01	1,57	1,3
			U fahéjas csiga-TündérManna	315,01	75,36	0,25	2,90	1,25	11,65	0,48	0,25	
			Körte	99,68	23,85	0,18	0,14	0,00	5,40	0,00	0,00	
			Összesen:	3 949,62	944,87	22,56	56,32	15,55	84,13	5,19	3,60	
9/25/2024	László (06381)	Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	T Alma	327,18	78,27	0,90	0,90	0,00	15,75	0,00	0,03	
			Paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
			Magyaros vajkrém	635,04	151,92	1,00	16,00	7,73	0,80	0,00	0,01	7
			Diétás pékáru BL DIAB	382,88	91,59	3,58	0,47	0,03	18,14	0,00	0,05	1
			Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15
			E Kölesgolyó	148,10	35,43	1,30	0,34	0,07	8,00	0,06	0,00	
			Mexikói húsos egytálétel	713,55	170,71	8,68	7,57	1,97	16,75	0,00	0,63	
			Fokhagymakrémleves	225,40	53,01	0,57	2,88	0,23	6,43	0,60	0,44	
			U 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	
			Körte	66,45	15,90	0,12	0,09	0,00	3,60	0,00	0,00	
			Diétás pékáru BL DIAB	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1
			Összesen:	3 491,90	834,47	25,07	45,10	14,71	81,21	0,70	2,37	
9/26/2024	László (06381)	Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	T Diétás pékáru BL DIAB	316,59	75,74	2,96	0,39	0,02	15,00	0,00	0,04	1
			Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Diabetikus szilvalekvár	109,74	26,25	0,32	0,03	0,00	5,96	0,00	0,03	15
			Alma	327,18	78,27	0,90	0,90	0,00	15,75	0,00	0,03	
			E Körte	99,68	23,85	0,18	0,14	0,00	5,40	0,00	0,00	
			Lencsegyulás	326,45	78,10	5,94	2,23	0,48	8,46	0,00	0,25	10,(12)
			Kölesfelfújt	522,80	125,07	6,05	3,52	1,17	17,16	0,00	0,14	3,7,15
			U Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Sertés párizsi	356,50	85,29	4,76	7,28	2,75	0,08	0,00	0,91	
			Diétás pékáru BL DIAB	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1
			Körte	66,45	15,90	0,12	0,09	0,00	3,60	0,00	0,00	
			Összesen:	3 416,31	817,31	23,35	42,85	12,04	81,97	0,04	1,83	
9/27/2024	László (06381)	Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	T Diétás pékáru BL DIAB	425,42	101,77	3,98	0,52	0,03	20,16	0,00	0,06	1
			Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01	
			Alma	327,18	78,27	0,90	0,90	0,00	15,75	0,00	0,03	
			Olasz felvágott	559,78	133,92	5,48	12,32	4,58	0,12	0,00	1,68	
			Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15
			E Petrezselymes burgonya	392,90	92,45	1,99	2,60	0,46	15,26	0,00	0,76	(7)
			Sült csirkecomb	1 430,44	342,21	50,35	14,49	3,42	2,51	0,23	2,54	(10)
			Uborkasaláta	150,51	36,01	1,02	0,10	0,75	7,72	16,98	1,02	
			Vegyes gyümölcsleves	125,31	29,98	0,34	0,13	0,02	6,39	0,00	0,06	15
			U Diétás pékáru BL DIAB	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1
			Körte	66,45	15,90	0,12	0,09	0,00	3,60	0,00	0,00	
			Kockasajt	629,58	150,62	8,36	12,50	7,44	1,00	0,00	1,40	7
			Összesen:	4 903,89	1 171,64	75,02	58,00	20,54	84,59	17,25	7,79	