

46. hét

Óvodás, iskolás alap étlap

11.11. - 11.15.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Csipkebogyó tea Póréhagymás vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér	Tej Varázsszívósál Kifli	Citromos tea Makói sült hagymakrém Rozskenyér	Maci kávé Kalács	Barackos tea Sokmagvas sajtkrém Korpás kenyér
Leves	Daragaluska leves	Olasz paradicsomleves	Szárazbaleves Félbarna kenyér	Télváró fahéjas almaleves	Tárkonyos zöldségleves
Főétel	Vadas pulykaragu Párolt bulgúr	Zöldséges rizseshús Házi káposztasaláta	Csokoládés gombóc Porcukor Alma	Csirke mell corn flakes bundában Petrezselymes törtburgonya	Parajfőzelék Fasírt Félbarna kenyér
Uzsonna	Puding Kifli	Diákcsemege Teljes kiőrlésű kenyér Margarin	Sajt szelet Zsemle Margarin Kígyóuborka	Zala felvágott Korpás kenyér Margarin Paprika	Helyben sült meggyes táskák Körte

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

Heti étlap 2024.11.11. - 2024.11.15.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Csipkebogyós tea Póréhagymás vajkrémes Teljes kiőrlésű kenyér			Tej Varázs szívószállal Kifli			Citromos tea Sült hagymakrémes Rozskenyér			Tejeskávé Kalács			Tea barackos Sokmagvas sajtkrémes Korpás kenyér		
		Energia: 299.93 Kcal / 1,253.71 KJ			Energia: 206.34 Kcal / 862.50 KJ			Energia: 311.97 Kcal / 1,304.03 KJ			Energia: 403.47 Kcal / 1,686.50 KJ			Energia: 269.65 Kcal / 1,127.14 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.24 g	8.76 g	3.91 g	11.27 g	3.54 g	1.89 g	6.76 g	8.79 g	8.05 g	13.88 g	9.31 g	4.23 g	5.67 g	9.01 g	4.60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		48.59 g	19.99 g	0.08 g	38.62 g	5.02 g	0.76 g	51.04 g	19.98 g	0.95 g	65.56 g	20.18 g	0.90 g	41.09 g	13.22 g	0.94 g
		1,7			1,6,7			1,7			1,3,7			1,7,11		
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Daragaluska leves Vadas pulyka ragu Bulgurral			Olaszos paradicsomleves Zöldséges rizses hús Káposztasalátával			Szárazbableves Félbarna kenyérrrel Csokoládés gombóc Porcukorral Alma			Fahéjas almaleves Rántott csirkemell corn flakes bundában Petrezselymes törtburgonyával			Tárkonyos zöldségleves Paraj főzelék Fasírttal Félbarna kenyérrrel		
		Energia: 513.23 Kcal / 2,145.30 KJ			Energia: 700.24 Kcal / 2,927.00 KJ			Energia: 950.17 Kcal / 3,971.71 KJ			Energia: 696.28 Kcal / 2,910.45 KJ			Energia: 453.36 Kcal / 1,895.04 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		22.88 g	14.88 g	2.89 g	17.90 g	24.53 g	5.69 g	24.14 g	37.42 g	10.47 g	21.54 g	37.93 g	5.60 g	20.62 g	21.83 g	6.09 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		75.74 g	5.40 g	3.49 g	98.49 g	37.96 g	3.04 g	127.82 g	36.97 g	8.66 g	69.95 g	7.99 g	3.16 g	43.29 g	0.01 g	1.80 g
		1,3,7,9,10,(12)			1,9			1,7,9,(3),(6),(12)			1,3,7			1,3,7,9		
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Puding Kiflivel			Diákcsemegés Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal			Sajt szeletes Zsemle Margarinnal Kígyóuborkával			Zala felvágottas Korpás kenyér Margarinnal Paprikával			Meggyes táskas Körte		
		Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 188.33 Kcal / 787.22 KJ			Energia: 226.79 Kcal / 947.98 KJ			Energia: 191.04 Kcal / 798.55 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.76 g	0.28 g	0.10 g	7.08 g	5.25 g	1.85 g	10.14 g	7.69 g	4.56 g	6.91 g	5.61 g	2.07 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		22.80 g	0.00 g	0.41 g	28.16 g	0.00 g	0.46 g	29.18 g	2.20 g	0.53 g	28.19 g	0.00 g	1.16 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g
		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	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783408-5-10
 Adószám: 26219833-1-13
 Élelmészvezető



Tételes étlap 2024.11.11. - 2024.11.17.														
	Diéta		Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
11/11/2024	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		
				Póréhagymás vajkrém	319,06	76,33	0,52	8,00	3,87	0,46	0,00	0,00	7	
				Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
			E	Daragaluska leves	287,99	67,99	2,68	0,80	0,16	12,60	0,01	1,35	1,3,9	
				Levesbetét	114,71	27,44	1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3	
				Vadas pulyka ragu	763,16	182,57	12,37	7,44	1,91	17,32	5,39	0,89	1,7,9,10,(12)	
				Bulgur köret	983,24	235,23	6,64	6,29	0,76	40,97	0,00	1,20	1	
			U	Zott Szívecske Pud. vaníliás önt.	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
				Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
				Összesen:	3 859,60	922,44	32,88	23,92	6,90	147,13	25,39	3,98		
11/12/2024	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	
				Varázs szívószál különféle	109,66	0,00	0,71	0,26	0,16	5,22	5,02	0,08	6,(7)	
				Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
			E	Olaszos paradicsomleves	818,52	195,82	2,57	1,95	0,23	41,73	29,97	1,08	1,9	
				Zöldséges ragu	901,85	215,75	10,16	16,70	4,79	3,46	0,00	0,86		
				Párolt rizzsel	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,66	42,63	0,00	0,30		
				Káposztasaláta	199,88	47,82	0,77	0,15	0,01	10,67	7,99	0,80		
			U	Diákcsemege	121,30	29,02	1,52	2,52	0,91	0,03	0,00	0,32		
				Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
	Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)				
	Összesen:	4 686,40	1 094,91	36,25	33,32	9,43	165,27	42,98	4,26					
11/13/2024	bárány (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves												
			T	Citromos tea	339,96	81,33	0,13	0,03	0,00	19,99	19,98	0,00		
				Makói sült hagymakrém	318,45	76,18	0,57	7,68	3,53	1,11	0,00	0,25	7	
				Rozskenyér	645,62	154,46	6,06	1,08	4,52	29,94	0,00	0,70	1	
			E	Szárazbableves	516,89	123,66	4,97	4,24	0,51	16,21	0,01	1,25	1,9	
				Félbarna kenyérral	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
				Csokoládés gombóc	2 875,41	687,90	15,99	32,64	9,87	81,73	26,97	7,40	1,7,(3),(6),(12)	
				Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00		
				Alma	87,25	20,87	0,24	0,24	0,00	4,20	0,00	0,01		
			U	Sajt szelet	294,84	70,54	5,24	5,32	3,38	0,34	0,00	0,40	7	
				Zsemle	570,99	136,60	4,70	0,35	0,13	28,50	0,00	0,06	1	
				Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
				Kigyóborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	2,20	0,01		
	Összesen:	6 223,70	1 488,93	41,04	53,90	23,08	208,04	59,15	10,14					
11/14/2024	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	
				Kalács	1 011,09	241,89	7,07	6,31	2,60	38,91	4,20	0,63	1,3,7	
			E	Fahéjas almaleves	375,03	75,81	1,36	1,61	0,82	17,25	7,99	0,31	1,7	
				Rántott csirkemell corn flakes	1 641,47	392,70	15,41	29,42	3,55	16,10	0,00	1,02	1,3	
				Petrezselymes törtburgonya	967,30	227,77	4,77	6,90	1,23	36,60	0,00	1,83	(7)	
			U	Zala felvágott	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40		
				Korpás kenyér	539,48	129,06	3,94	0,36	0,00	27,36	0,00	0,70	1	
				Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
				Paprikával	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
	Összesen:	5 468,84	1 290,79	42,33	52,85	11,90	163,70	28,17	5,22					
11/15/2024	bárány (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6												
			T	Tea barackos	225,09	53,85	0,09	0,02	0,00	13,20	13,19	0,00		
				Sajtkrém lenmagos	362,57	86,74	1,64	8,63	4,60	0,53	0,03	0,24	7,11	
				Korpás kenyér	539,48	129,06	3,94	0,36	0,00	27,36	0,00	0,70	1	
			E	Tárkonyos zöldségleves	204,17	47,75	2,27	0,78	0,35	8,09	0,01	0,36	1,7,9	
				Paraj főzelék	538,89	128,92	4,72	7,64	1,19	10,17	0,00	0,61	1,7	
				Fasírttal	832,23	199,10	10,69	13,11	4,46	9,34	0,00	0,83	1,3	
				Félbarna kenyérral	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
			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)	
				Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01		
	Összesen:	4 785,19	1 143,69	30,67	49,56	15,56	142,36	31,39	3,42					