

47. hét

Óvodás, iskolás alap étlap

11.18. - 11.22.	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Csokis tej Briós	Barackos tea Kolbászkrem Rozskenyér	Citromos tea Körözött Félbarna kenyér Paradicsom	Gyümölcsle Majorannás kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Tej Zöldfűszeres vajkrem Korpás zsemle
Leves	Chedáros sajtkremleves Nachos	Alföldi gulyásleves Félbarna kenyér	Zöldborsóleves	Brokkolikremleves Kölesgolyó	Csontleves
Főétel	Csopaki sertésragu Párolt rizs	Csokis-banános zabkása Meggyragu	Halpaprikás Szarvacska tészta Körte	Rakott burgonya Céklasaláta	Székely húsgombóc Tejföl Félbarna kenyér
Uzsonna	Olasz felvágott Teljes kiőrlésű kenyér Margarin Paprika	Helyben sült sajtos pogácsa	Turista felvágott Korpás zsemle Margarin	Mogyorókrem Kifli	Helyben sült rácsos túrós tásk Alma

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

Heti étlap 2024.11.18. - 2024.11.22.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Csokis tej Briós			Barackos tea Kolbászkrems Rozskenyér			Citromos tea Körözöttes Félbarna kenyér Paradicsommal			Gyümölcsle Majorannás kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborkával			Tej Zöldfűszeres vajkréms Korpás zsemle		
		Energia: 317.84 Kcal / 1,328.57 KJ			Energia: 310.65 Kcal / 1,298.52 KJ			Energia: 270.27 Kcal / 1,129.73 KJ			Energia: 228.17 Kcal / 953.75 KJ			Energia: 309.62 Kcal / 1,294.21 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		10.42 g	6.23 g	2.95 g	7.60 g	8.60 g	8.00 g	8.84 g	2.29 g	1.07 g	8.55 g	6.20 g	2.22 g	12.00 g	11.35 g	5.63 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		54.66 g	25.52 g	0.59 g	50.28 g	19.98 g	0.81 g	53.20 g	19.98 g	0.41 g	34.02 g	5.08 g	0.32 g	39.50 g	0.00 g	0.78 g
		1,3,7			1,7			1,7			1,(6),(7),(10)			1,7		
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Cheddaros sajtkréMLEVES Nachosszal Csopaki sertésragu Párolt rizsszel			Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérrel Csokis banános zabkása Meggyraguval			Zöldborsóleves Halpaprikás Szarvacskaszerű Körte			BrokkolikréMLEVES Kölesgolyóval Rakott burgonya Céklasalátával			Csontleves Székely húscombóc Tejföllel Félbarna kenyérrel		
		Energia: 550.35 Kcal / 2,300.46 KJ			Energia: 339.71 Kcal / 1,419.99 KJ			Energia: 508.40 Kcal / 2,125.11 KJ			Energia: 442.45 Kcal / 1,849.44 KJ			Energia: 393.93 Kcal / 1,646.63 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		16.35 g	27.11 g	8.68 g	20.78 g	11.59 g	3.22 g	22.64 g	18.83 g	4.25 g	19.74 g	25.48 g	8.26 g	16.45 g	17.73 g	7.04 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		59.74 g	0.04 g	1.76 g	68.51 g	11.99 g	0.93 g	61.37 g	0.04 g	7.12 g	61.82 g	3.26 g	5.51 g	41.71 g	0.04 g	2.78 g
		1,7,9,(3),(6),(10),(11)			1,7			1,3,4,7,9			1,3,7,9,15,(12)			1,3,7,9,(12)		
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Olasz felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Paprikával			Sajtos pogácsa			Turista felvágottas Korpás zsemle Margarinnal			Mogyorókréms Kifli			Rácsos túros táska Alma		
		Energia: 230.19 Kcal / 962.19 KJ			Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ			Energia: 211.94 Kcal / 885.91 KJ			Energia: 216.39 Kcal / 904.51 KJ			Energia: 308.00 Kcal / 1,287.44 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		8.54 g	8.95 g	3.23 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g	7.74 g	7.39 g	2.84 g	5.06 g	6.48 g	0.23 g	8.97 g	18.46 g	5.70 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		28.79 g	0.00 g	0.98 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g	28.56 g	0.00 g	1.20 g	34.20 g	9.60 g	0.41 g	26.37 g	0.00 g	1.46 g
		1,(7)			1,3,7			1,(7)			1,5,6,7,8			1,3,6,7,(8),(11),(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 Albertirózsa, Pesti út 65.
 Cseportól adószám: 17783403-5-11-
 Adószám: 26215833-4-13
 Élelmezésvezető



Tételes étlap 2024.11.18. - 2024.11.24.												
	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/18/2024	László (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves										
		T Csokis tej	755,88	180,83	6,81	3,01	1,63	31,42	19,98	0,27	7	
		Bríós	572,72	137,01	3,61	3,22	1,32	23,24	5,54	0,32	1,3,7	
		E Cheddaros sajtkrémleves	505,57	120,58	3,11	6,64	3,82	12,13	0,04	0,89	1,7,9,(3),(6),(10),(1	
		Tortilla chips	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Csopaki sertésragu	789,70	188,92	8,84	14,74	4,20	4,98	0,00	0,57	1,7	
		Párolt rizzzel	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,66	42,63	0,00	0,30		
		U Olasz felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
		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)	
		Paprikával	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		Összesen:	4 592,82	1 098,38	35,31	42,29	14,86	143,19	25,56	3,33		
11/19/2024	László (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6										
		T Barackos tea	349,82	83,69	0,52	0,10	0,00	20,01	19,98	0,00		
		Kolbászkрем	303,04	72,50	1,02	7,42	3,48	0,33	0,00	0,11	7	
		Rozskenyér	645,62	154,46	6,06	1,08	4,52	29,94	0,00	0,70	1	
		E Alföldi gulyásleves	479,65	114,14	7,29	6,45	1,32	6,65	0,00	0,69		
		Félbarna kenyérral	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
		Zabkása, csokis banános	973,34	108,18	10,36	4,72	1,80	36,96	6,99	0,24	1,7	
		Meggyragu	148,67	35,57	0,13	0,08	0,01	8,38	5,00	0,00		
		U Sajtos pogácsa	762,94	182,52	2,46	13,10	3,58	13,48	0,00	0,79	1,3,7	
		Összesen:	3 987,40	828,65	30,78	33,25	14,80	131,44	31,97	2,53		
11/20/2024	László (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		
		Körözött	122,82	29,38	2,63	1,62	0,88	1,03	0,00	0,41	7	
		Félbarna kenyér	648,65	155,18	5,88	0,60	0,18	31,38	0,00	0,00	1	
		Paradicsommal	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
		E Zöldborsóleves	348,37	81,52	3,40	3,14	0,37	10,24	0,04	1,83	1,9	
		Halpaprikás	619,09	148,11	8,80	11,21	3,19	2,36	0,00	0,94	4,7	
		Szarvacska tészta	1 032,32	246,97	10,20	4,30	0,69	41,57	0,00	4,35	1,3	
		Körte	132,91	31,80	0,24	0,18	0,00	7,20	0,00	0,00		
		U Turista felvágott	242,59	58,04	3,04	5,04	1,81	0,06	0,00	0,63		
		Korpás zsemle	570,99	136,60	4,70	0,35	0,13	28,50	0,00	0,51	1	
		Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
		Összesen:	4 148,32	990,61	39,22	28,51	8,16	143,13	20,02	8,73		
11/21/2024	László (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves										
		T Narancslé	56,85	13,60	0,12	0,00	0,00	3,00	2,88	0,00		
		Rozmaringos kenőmájas	293,47	70,21	2,67	5,45	2,03	2,55	0,00	0,23	(1),(6),(7),(10)	
		Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
		Kígyóborkával	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	
		Kölesgolyó	88,86	21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,04	0,00		
		Rakott burgonya	1 778,92	309,63	15,26	21,77	7,60	41,01	0,00	4,09	1,3,7	
		Céklasaláta	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	3,20	0,49	15,(12)	
		U Mogyorókrém	447,72	107,11	1,30	6,20	0,13	11,40	9,60	0,00	5,6,7,8	
		Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
		Összesen:	4 192,37	887,01	33,35	38,16	10,71	130,04	17,94	6,24		
11/22/2024	László (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	
		Zöldfűszeres vajkrém	317,52	75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	0,00	0,00	7	
		Korpás zsemle	570,99	136,60	4,70	0,35	0,13	28,50	0,00	0,51	1	
		E Csontleves	118,12	28,26	1,21	0,75	0,03	4,13	0,02	1,09	9,(1)	
		Székely- káposzta	182,31	43,61	1,67	1,04	0,31	6,88	0,02	1,20	1,9,(12)	
		Húsgombóc	639,63	153,02	8,04	9,79	3,46	8,01	0,00	0,37	3	
		Tejföl	267,54	64,01	1,40	5,50	3,09	2,15	0,00	0,07	7	
		Félbarna kenyérral	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
		U Rácsos túrós táska	1 287,44	308,00	8,97	18,46	5,70	26,37	0,00	1,46	1,3,6,7,(8),(11),(12)	
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		Összesen:	4 331,71	1 036,29	36,83	47,79	18,31	113,23	0,04	4,99		