

12. hét

Óvodás, iskolás alap étlap

03.17. - 03.21.	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Karamellás tej Kifli	Citromos tea Zöldfűszeres vajkrém Félbarna kenyér Lilahagyma	Erdei gyümölcsstea Sült hagymakrém Teljes kiőrlésű kenyér Körte	Barackos tea Petrezselymes tojáskrém Rozskenyér Kígyóuborka	Vaníliás tej Briós
Leves	Magyaros gombaleves	Erdei gyümölcsleves	Fejtett bableves Félbarna kenyér	Erőleves	Zselici húsosleves
Főétel	Kapros-tejfölös tökfőzelék Fasírt Félbarna kenyér	Rántott sertésszelet Párolt rizs Tartármártás	Mákos piskóta Vanília sodó	Mexikói húsos babragu Félbarna kenyér	Burgonyás tészta Céklasaláta
Uzsonna	Kenőmájas Korpás kenyér Kígyóuborka	Helyben sült meggyes táská	Olasz felvágott Margarin Zsemle	Helyben sült gesztenyés rúd Alma	Sertés párizsi Margarin Korpás kenyér

Eatrend Danubia Kft.

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

Heti étlap 2025.03.17. - 2025.03.21.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Karamellás tej Kifli	Citromos tea Zöldfűszeres vajkrémes Félbarna kenyér Lilahagymával	Erdei gyümölcsös tea Sült hagymakrémes Teljes kiőrlésű kenyér Körte	Barackos tea Petrezselymes tojáskrémes Rozskenyér Kígyóborkával	Vaníliás tej Briós
		Energia: 256.53 Kcal / 1,072.30 KJ	Energia: 320.39 Kcal / 1,339.23 KJ	Energia: 291.14 Kcal / 1,216.97 KJ	Energia: 309.35 Kcal / 1,293.08 KJ	Energia: 202.01 Kcal / 844.40 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		10.56 g3.28 g1.73 g	6.75 g8.65 g4.05 g	6.47 g8.61 g3.57 g	8.24 g7.86 g7.14 g	6.71 g3.91 g2.02 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		45.89 g12.49 g0.68 g	53.43 g19.98 g0.00 g	46.45 g10.00 g0.33 g	51.16 g22.73 g0.93 g	34.24 g16.54 g0.41 g
		1,7	1,7	1,7	1,3,7,10,(12)	1,3,7
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Magyaros gombaleves Kapros-tejfölös tökfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérrel	Erdei gyümölcsleves Rántott sertésszelet Párolt rizszel Tartármártással	Fejlett bableves Félbarna kenyérrel Mákos piskóta Vanília sodóval	Erőleves Mexikói húsos babragu Félbarna kenyérrel	Zselici húsosleves Burgonyás tészta Céklasalátával
		Energia: 496.72 Kcal / 2,076.29 KJ	Energia: 980.24 Kcal / 4,097.40 KJ	Energia: 674.53 Kcal / 2,819.54 KJ	Energia: 558.20 Kcal / 2,333.28 KJ	Energia: 381.63 Kcal / 1,595.21 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		19.49 g23.80 g6.90 g	20.74 g62.45 g10.95 g	15.82 g21.63 g3.99 g	27.79 g20.13 g5.23 g	16.35 g10.75 g2.01 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		50.78 g7.00 g1.48 g	82.41 g13.59 g1.65 g	103.26 g42.06 g1.80 g	65.79 g0.00 g1.93 g	54.24 g3.21 g2.16 g
		1,3,7	1,3,7,10,(12)	1,3,7,9,(12)	1,3,9	1,3,7,9,15,(12)
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Kenőmajas Korpás kenyér Kígyóborkával	Helyben sült meggyes táská	Olasz felvágottas Zsemle Margarinnal	Helyben sült gesztenyés rúd Alma	Sertés párizsis Korpás kenyér Margarinnal
		Energia: 201.38 Kcal / 841.77 KJ	Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ	Energia: 220.86 Kcal / 923.19 KJ	Energia: 150.72 Kcal / 630.01 KJ	Energia: 189.00 Kcal / 790.02 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		6.85 g5.81 g2.21 g	3.78 g18.27 g4.87 g	7.44 g8.51 g3.32 g	1.40 g4.65 g0.92 g	6.32 g6.00 g2.28 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		30.21 g2.75 g0.93 g	39.98 g18.16 g0.67 g	28.56 g0.00 g0.96 g	25.55 g16.58 g0.05 g	27.40 g0.00 g1.22 g
		1,(6),(7),(10)	1,7,(3),(6),(12)	1,(7)	6,(5),(8)	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	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.
 Cégjegyzékszám: 17783409-5-15
 Adószám: 26215833-4-13
Élelmézszevezető

Tételes étlap 2025.03.17. - 2025.03.23.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/17/2025	bárány (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6										
		T Karamellás tej	615,51	147,25	6,80	3,00	1,63	23,09	12,49	0,27	7	
		Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
		E Gombaleves	258,56	60,34	3,13	2,99	0,36	5,54	0,01	0,54	1	
		Tökfőzelék	667,52	159,69	2,73	7,40	1,99	20,21	6,99	0,11	1,7	
		Fasírttal	832,23	199,10	10,69	13,11	4,46	9,34	0,00	0,83	1,3	
		Félbarna kenyérrrel	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
		U Kenőmájjasos	290,00	69,38	2,66	5,42	2,02	2,42	0,00	0,22	(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	12,29	2,94	0,25	0,03	0,19	0,43	0,11	0,01		
		Összesen:	4 050,83	967,58	38,52	33,26	10,88	127,65	19,60	2,47		
3/18/2025	bárány (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6										
		T Citromos tea	339,96	81,33	0,13	0,03	0,00	19,99	19,98	0,00		
		Zöldfűszeres vajkrémes	317,52	75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	0,00	0,00	7	
		Félbarna kenyér	648,65	155,18	5,88	0,60	0,18	31,38	0,00	0,00	1	
		Lilahagymával	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
		E Erdei gyümölcsleves	539,31	129,02	1,93	2,99	1,69	23,24	12,99	0,28	1,7	
		Rántott sertésszelet	1 364,53	326,44	13,41	23,54	3,77	14,84	0,00	0,91	1,3	
		Párolt rizzzel	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,66	42,63	0,00	0,30		
		Tartármártással	1 186,82	283,93	1,00	30,19	4,83	1,70	0,60	0,16	3,7,10,(1),(12)	
		U Meggyes táská	1 426,17	341,19	3,78	18,27	4,87	39,98	20,91	0,67	1,7,(3),(6),(12)	
		Összesen:	6 862,81	1 641,82	31,27	89,37	19,87	175,82	54,48	2,32		
3/19/2025	bárány (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves										
		T Erdei gyümölcsös tea	172,03	41,15	0,10	0,02	0,00	10,01	10,00	0,00		
		Makói sült hagymakrémes	318,45	76,18	0,57	7,68	3,53	1,11	0,00	0,25	7	
		Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
		Körte	132,91	31,80	0,24	0,18	0,00	7,20	0,00	0,00		
		E Fejlettbab-leves	499,92	119,60	3,98	4,83	0,74	14,84	0,01	1,28	1,9	
		Félbarna kenyérrrel	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
		Mákos piskóta	1 917,67	458,77	8,41	15,49	2,56	70,88	36,46	0,41	1,3,7,(12)	
		Vanília sodóval	401,93	96,16	3,43	1,31	0,69	17,54	5,59	0,11	1,7	
		U Olasz felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
		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)	
		Összesen:	5 284,03	1 264,12	32,67	39,05	10,97	193,96	52,06	3,09		
3/20/2025	bárány (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		
		Petrezselymes tojáskrémes	285,59	68,26	1,41	6,65	2,43	0,78	0,00	0,22	3,7,10,(12)	
		Rozskenyér	645,62	154,46	6,06	1,08	4,52	29,94	0,00	0,70	1	
		Kígyóborkával	12,29	2,94	0,25	0,03	0,19	0,43	0,11	0,01		
		E Erőleves	112,08	26,81	1,19	0,67	0,01	3,96	0,00	0,38	9	
		Mexikói húsos babragu	1 782,17	426,36	22,47	18,81	5,07	41,29	0,00	1,50	1	
		Félbarna kenyérrrel	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
		U Gesztenyés rúd	630,00	150,72	1,40	4,65	0,92	25,55	17,55	0,05	6,(5),(8)	
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		Összesen:	4 360,01	1 043,01	36,84	32,89	13,23	148,15	37,64	2,88		
3/21/2025	bárány (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6										
		T Vaníliás tej	584,43	139,81	6,81	3,00	1,63	21,22	9,99	0,27	7	
		Briós	572,72	137,01	3,61	3,22	1,32	23,24	5,73	0,32	1,3,7	
		E Zselici húsos leves	333,41	78,67	7,12	2,97	0,99	6,02	0,01	0,40	1,7,9	
		Burgonyás tészta	1 160,19	277,56	8,71	7,74	1,02	42,66	0,00	1,27	1,3	
		Céklasalátával	106,15	25,40	0,52	0,04	0,00	5,56	5,56	0,49	15,(12)	
		U Sertés párizsis	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46		
		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:	3 601,07	860,40	34,71	23,34	7,28	126,87	21,29	3,35		