

14. hét

Óvodás, iskolás közép étlap

03.31. - 04.04.	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrém Rozskenyér	Erdei gyümölcstea Tonhalkrém Korpás kenyér	Tej Méz Margarin Korpás kifli	Csipkebogyó tea Kenőmájas Rozskenyér Salátalevél	Barackos tea Főtt tojáskarika Margarin Korpás kenyér
Leves	Cheddar sajtkrémleves Nachos	Májgaluska leves	Magyaros karfiolleves	Alföldi gulyásleves Félbarna kenyér	Rántott leves Pirított kenyérkocka
Főétel	Tavaszi sertésragu Párolt rizs	Túrós-barackos rakott tészta	Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya Félbarna kenyér	Tejbegríz Kakaó szórat Alma	Bakonyi sertésragu Orsó tészta
Uzsonna	Helyben sült kakaós csiga Alma	Sertéspárizsi Margarin Zsemle Paprika	Szendvics sonka Margarin Félbarna kenyér Kígyóuborka	Helyben sült sonkás-kukoricás pizza	Kockasajt Kifli

Eatrend Danubia Kft.

2730 Albertirsa, Pesti út 65.

Csoportos adószám: 17783408-5-12

Adószám: 26215833-4-13

Heti étlap 2025.03.31. - 2025.04.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Almás-fahéjas tea Snidlinges vajkrémes Rozskenyér	Erdei gyümölcsös tea Tonhalkrémes Korpás kenyér	Tej Mézes Korpás kifli Margarinnal	Csipkebogyós tea Kenőmájásos Rozskenyér Salátalevéllal	Barackos tea Főtt tojáskarikás Korpás kenyér Margarinnal
		Energia: 340.39 Kcal / 1,422.83 KJ	Energia: 255.71 Kcal / 1,068.87 KJ	Energia: 273.11 Kcal / 1,141.60 KJ	Energia: 305.84 Kcal / 1,278.41 KJ	Energia: 263.09 Kcal / 1,099.72 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		6.97 g8.57 g8.10 g	4.83 g9.15 g3.40 g	12.18 g5.77 g2.60 g	8.92 g6.54 g6.54 g	7.16 g4.86 g1.52 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		58.33 g27.98 g0.70 g	38.09 g10.40 g0.72 g	42.98 g8.10 g0.89 g	52.41 g19.99 g0.92 g	47.49 g19.98 g0.83 g
		1,7	1,3,4,7,10	1,7	1,(6),(7),(10)	1,3,(7)
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Cheddaros sajtkréMLEves Nachossal Tavaszi sertésragu Párolt rizszel	Májgaluskaleves Túrós-barackos rakott tészta	Tejfölös karfiollevés Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával Félbarna kenyérral	Alföldi gulyásleves Félbarna kenyérral Tejbegríz Kakaó szóráttal Alma	Rántott leves Pirított kenyérkockával Bakonyi sertésragu Orsó tésztával
		Energia: 563.51 Kcal / 2,355.47 KJ	Energia: 508.58 Kcal / 2,125.86 KJ	Energia: 514.39 Kcal / 2,150.15 KJ	Energia: 500.97 Kcal / 2,094.05 KJ	Energia: 481.04 Kcal / 2,010.75 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		17.49 g28.13 g9.17 g	21.72 g11.48 g5.20 g	17.10 g19.42 g5.13 g	18.74 g9.92 g2.91 g	22.53 g18.76 g5.65 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		58.18 g0.04 g1.53 g	79.85 g29.18 g1.57 g	67.07 g8.01 g1.44 g	83.80 g34.46 g1.24 g	55.03 g0.02 g4.94 g
		1,7,(3),(6),(10),(11)	1,3,7,9	1,3,7,9	1,7	1,3,7
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Helyben sült kakaós csiga Alma	Sertés párizsis Zsemle Margarinnal Kaliforniai Paprikával	Szendvics sonkás Félbarna kenyér Margarinnal Kígyóborkával	Helyben sült sonkás- kukoricás pizza	Kifli Kockasajttal
		Energia: 163.83 Kcal / 684.81 KJ	Energia: 202.71 Kcal / 847.33 KJ	Energia: 201.42 Kcal / 841.94 KJ	Energia: 308.62 Kcal / 1,290.03 KJ	Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		1.81 g8.77 g2.34 g	7.28 g6.05 g2.42 g	10.57 g2.91 g1.38 g	12.49 g9.99 g3.02 g	7.94 g6.53 g3.82 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		19.20 g10.04 g0.32 g	29.75 g0.00 g0.58 g	33.21 g0.11 g0.53 g	42.00 g0.10 g1.30 g	23.30 g0.00 g1.11 g
		1,7,(3),(6),(12)	1,(7)	1,(7)	1,7	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-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Tételes étlap 2025.03.31. - 2025.04.06.														
	Diéta		Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
3/31/2025	bárány (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6	T	Almás-fahéjas tea	481,74	115,25	0,39	0,08	0,00	28,00	27,98	0,00		
				Snidlinges vajkrém	295,43	70,68	0,52	7,41	3,58	0,39	0,00	0,00	7	
				Rozskenyér	645,62	154,46	6,06	1,08	4,52	29,94	0,00	0,70	1	
			E	Cheddaros sajtkrémleves	505,57	120,58	3,11	6,64	3,82	12,13	0,04	0,89	1,7,(3),(6),(10),(11)	
				Nachosszal	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
				Tavaszi sertésragu	852,32	202,08	9,98	15,76	4,69	3,42	0,00	0,34	1	
				Párolt rizszel	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,66	42,63	0,00	0,30		
			U	Kakós csiga P&P	684,83	163,83	1,81	8,77	2,34	19,20	10,04	0,32	1,7,(3),(6),(12)	
				Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		Összesen:	4 690,39	1 119,91	26,87	46,07	19,61	146,21	38,06	2,57				
4/1/2025	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		
				Majonézes tonhalkrém	357,38	85,50	0,79	8,77	3,40	0,72	0,40	0,02	3,4,7,10,(1)	
				Teljes kiörlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
			E	Májgaluskaleves	178,75	39,12	3,29	0,85	0,25	5,45	0,03	0,50	1,3,9	
				Levesbetét	114,71	27,44	1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3	
				Túrós-barackos rakott tészta	1 865,60	446,31	16,73	10,13	4,86	71,46	33,15	1,00	1,3,7	
			U	Sertés párizsis	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46		
				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)	
	Kaliforniai Paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00					
		Összesen:	4 129,43	984,24	34,94	26,90	11,03	150,37	43,58	2,23				
4/2/2025	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	
				Mézes	136,75	32,72	0,04	0,00	0,00	8,10	8,10	0,00		
				Korpás kifli	526,81	126,03	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	1,(7)	
				Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
			E	Magyaros karfiolleves	151,72	35,99	1,28	1,63	0,19	4,07	0,01	0,53	1,9	
				Paradicsomos	626,37	149,85	2,22	6,87	0,79	19,60	7,99	0,42	1,9	
				Húsgombóc	639,63	153,02	8,04	9,79	3,46	8,01	0,00	0,37	3	
				Főtt burgonyával	176,38	42,20	1,13	0,09	0,01	9,00	0,00	0,01		
				Félbarna kenyérral	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
			U	Szendvics sonkás	108,70	26,00	4,44	0,28	0,11	1,40	0,00	0,46		
				Félbarna kenyér	648,65	155,18	5,88	0,60	0,18	31,38	0,00	0,00	1	
				Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
	Kigyóborkával	12,29	2,94	0,25	0,03	0,19	0,43	0,11	0,01					
		Összesen:	3 901,96	933,18	38,36	27,36	8,52	132,56	16,21	2,75				
4/3/2025	bárány (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves												
			T	Csipkebogyós tea	341,04	81,59	0,16	0,03	0,00	20,00	19,99	0,00		
				Kenőmájjas	290,00	69,38	2,66	5,42	2,02	2,42	0,00	0,22	(1),(6),(7),(10)	
				Rozskenyér	645,62	154,46	6,06	1,08	4,52	29,94	0,00	0,70	1	
				Salátalevéllal	1,73	0,41	0,04	0,01	0,00	0,05	0,00	0,00		
			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	
				Tejbedara	907,65	217,14	7,81	2,88	1,47	39,74	16,98	0,54	1,7	
				Kakaó szórat	297,76	71,23	0,46	0,05	0,03	17,52	17,48	0,00		
				Alma	87,25	20,87	0,24	0,24	0,00	4,20	0,00	0,01		
U	Sonkás-kukoricás pizzaszelet	1 146,24	274,22	15,36	10,92	4,81	28,48	4,48	1,79	1,3,7				
		Összesen:	4 521,26	1 081,03	43,02	27,38	14,26	164,69	58,93	3,95				
4/4/2025	bárány (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves												
			T	Barackos tea	349,82	83,69	0,52	0,10	0,00	20,01	19,98	0,00		
				Főtt tojáskarikák	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07	3	
				Teljes kiörlésű 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)	
			E	Rántott leves	132,52	31,70	0,77	1,11	0,15	4,72	0,02	0,49	1	
				Pirított kenyérkockával	108,11	25,86	0,98	0,10	0,03	5,23	0,00	0,00	1	
				Bakonyi sertésragu	737,80	176,51	10,58	13,25	4,78	3,51	0,00	0,10	1,7	
				Orsó tésztával	1 032,32	246,97	10,20	4,30	0,69	41,57	0,00	4,35	1,3	
			U	Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
	Kockasajttal	314,79	75,31	4,18	6,25	3,72	0,50	0,00	0,70	7				
		Összesen:	3 936,17	941,67	39,25	30,52	11,03	126,59	20,00	6,26				