

Heti étlap 2025.11.10 - 2025.11.14.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Kakaó rizstejből, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1]	Herba tea citromlé nélkül, Bécsi felvágottas , Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1]	Rizstej, Baracklekváros(12), Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1]	Herba tea citromlé nélkül, Cheddar sajtos növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Herba tea citromlé nélkül, Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllal
		Energia: 265.95 Kcal / 1,111.67 KJ	Energia: 248.54 Kcal / 1,038.90 KJ	Energia: 237.99 Kcal / 994.80 KJ	Energia: 103.29 Kcal / 431.75 KJ	Energia: 264.16 Kcal / 1,104.19 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.32 g15.94 g4.05 g	2.81 g20.16 g6.09 g	0.19 g15.92 g4.03 g	0.25 g4.80 g4.20 g	5.62 g18.91 g5.30 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		29.49 g21.42 g0.21 g	13.68 g13.39 g1.04 g	22.53 g14.33 g0.20 g	14.84 g13.39 g0.32 g	14.04 g13.54 g0.38 g
		1	1	1,(12)	1	1,3
Ebéd	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Kerti zöldségleves[9], Paradicsomos hússokáposztával, Diétás pékáruval BL, ebédhez	Legényfogó leves[1], Rizsfelfújt[3], Meggyraguval, Alma	Daragaluska leves[1,3,9], Rántott csirkemell[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Karalábéleves[1], Hortobágyi rakott tészta TM[1,3]	Vegyes gyümölcsleves, Budapest ragu, Párolt rizzsel
		Energia: 399.45 Kcal / 1,669.70 KJ	Energia: 589.45 Kcal / 2,463.90 KJ	Energia: 696.47 Kcal / 2,911.24 KJ	Energia: 445.29 Kcal / 1,861.31 KJ	Energia: 520.13 Kcal / 2,174.14 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		18.16 g14.22 g2.08 g	14.20 g11.32 g2.54 g	41.29 g19.43 g2.75 g	17.40 g21.68 g5.28 g	17.40 g17.43 g2.81 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		48.67 g2.14 g1.23 g	106.01 g34.49 g1.16 g	87.56 g5.90 g2.09 g	43.87 g1.85 g2.04 g	73.87 g7.50 g1.27 g
		9	1,3	1,3,9	1,3	
Uzsonna	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	növényi sajtos pogácsa-TündérManna	Növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Paprikával	Kenőmájassal, Diétás pékáru BL[1], Póréhagymakarikával	Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1], Kígyóborkával	Vaníliás puding rizstejjel, Diétás pékáru BL[1], Körte
		Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ	Energia: 53.90 Kcal / 225.30 KJ	Energia: 66.88 Kcal / 279.56 KJ	Energia: 197.39 Kcal / 825.09 KJ	Energia: 108.27 Kcal / 452.57 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.70 g17.10 g9.30 g	0.52 g4.87 g4.20 g	2.67 g5.46 g2.20 g	3.04 g20.19 g6.26 g	0.66 g0.75 g0.04 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		34.20 g1.50 g1.40 g	2.13 g0.00 g0.32 g	6.41 g0.10 g0.35 g	0.68 g0.10 g1.05 g	24.34 g3.00 g0.01 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

Kód magyarázat: 800 diéta főköd ; 802 diétás korcsoportoskód

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén

2-rák

3-tojás

4-hal

5-földimogyoró

6-szója

7-tejtermék,laktóz

8-diófélék

9-zeller

10-mustár

11-szezám

12-kéndioxid-szulfit

13-csillagfűrt

14-puhatestűek

15-14 természetes édesítőszer

Oldalak

16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!
eatrend Danubia Kft.
2730 Albertfa, Pesti út 65.
Céltörzsi adószám: 17783408-5-10
Adószám: 262-15833-4-13
Élelmészvezető

Tételek éltap 2025.11.10. - 2025.11.16.													
	Dátum	Ár	Ár	Ár	Ár	Ár	Ár	Ár	Ár	Ár	Ár	Ár	
		Ár	Ár	Ár	Ár	Ár	Ár	Ár	Ár	Ár	Ár	Ár	
11/10/2025	R	Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32			
			2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1			
			577,57	138,17	0,25	1,94	0,25	29,26	21,42	0,01			
			531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
			2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1			
			148,83	35,58	1,14	1,58	0,19	4,13	0,01	0,59 9			
			1 088,71	260,45	16,42	12,49	1,87	20,03	0,63	0,62			
			432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02			
			1 242,00	297,13	0,70	17,10	9,30	34,20	1,50	1,40			
			98,25	23,50	0,03	0,00	0,00	5,63	0,00	0,00			
			1 356,45	324,51	20,86	8,06	1,18	41,63	1,60	1,03 1,(3)			
			122,56	29,32	1,55	2,54	0,96	0,03	0,00	0,28			
			531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
			2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1			
			Összesen:	6 341,68	1 517,13	41,94	76,66	25,57	161,33	26,66	4,67		
11/11/2025	R	Álmáté 100%	98,25	23,50	0,03	0,00	0,00	5,63	0,00	0,00			
			13,65	3,27	0,03	0,30	0,00	0,09	0,02	0,49			
			2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1			
			224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
			279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84			
			531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
			2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1			
			365,39	86,50	7,57	3,99	0,97	5,20	0,01	0,60 1			
			1 741,13	416,54	5,87	6,63	1,57	82,39	30,18	0,32 3,3			
			143,09	34,23	0,16	0,10	0,00	7,92	4,30	0,22			
			218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02			
			203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32			
			2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1			
			18,43	4,41	0,27	0,07	0,00	0,68	0,00	0,00			
			Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Hejben készült sonkás pizzaszett	1 117,93	267,44	13,81	7,73	1,63	35,64	6,45	3,33		
Sült halszerem	330,27	79,79	1,78	7,50	3,99	0,40	0,00	0,27 7,10,(12)					
2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1						
Sálatával	2,16	0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00					
Összesen:	5 260,55	1 264,79	33,29	51,92	17,85	163,95	54,35	6,61					
11/12/2025	R	Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
			92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43			
			531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
			2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1			
			11,06	2,65	0,23	0,03	0,17	0,39	0,10	0,01			
			351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00			
			109,63	26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	6,30	0,00 (12)			
			531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
			2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1			
			242,23	57,95	2,35	0,77	0,16	10,20	0,00	0,13 1,3,9			
			1 472,70	352,32	30,52	12,16	1,87	29,77	0,00	1,80 1,3			
			764,04	182,78	7,82	6,35	0,70	23,08	4,40	0,14 1,4			
			432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02			
			245,80	58,81	2,20	5,40	2,20	5,00	0,10	0,34			
			2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1			
			Pöréghagymakarikával	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,01		
Álmáté 100%	98,25	23,50	0,03	0,00	0,00	5,63	0,00	0,00					
1 194,04	285,87	3,93	5,43	0,99	54,14	2,57	1,18						
Csemege uborkával	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96 15,(12)					
Paprikával	206,56	49,42	1,96	4,58	1,61	0,03	0,40						
531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20						
2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1						
Paradisommal	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01					
Összesen:	6 898,21	1 650,34	54,28	79,49	19,15	179,83	23,00	5,03					
11/13/2025	R	Álmáté 100%	98,25	23,50	0,03	0,00	0,00	5,63	0,00	0,00			
			13,65	3,27	0,03	0,30	0,00	0,09	0,02	0,49			
			2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1			
			224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
			279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84			
			531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
			2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1			
			365,39	86,50	7,57	3,99	0,97	5,20	0,01	0,60 1			
			1 741,05	416,45	5,87	6,63	1,57	82,39	30,18	0,32 3,3			
			143,09	34,23	0,16	0,10	0,00	7,92	4,30	0,22			
			218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02			
			203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32			
			2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1			
			18,43	4,41	0,27	0,07	0,00	0,68	0,00	0,00			
			Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Sült debreceni	721,79	172,68	7,88	14,67	5,29	0,18	0,00	1,58 (6)		
Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1					
Mustárral	212,18	50,76	1,71	1,92	0,00	6,80	0,00	0,57 10,(12)					
P Völfe növényi sajt szettel	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00					
531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20						
2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1						
Paprikával	18,43	4,41	0,27	0,07	0,00	0,68	0,00	0,00					
Összesen:	4 818,66	1 151,32	32,64	78,41	24,83	76,73	18,36	5,76					
11/14/2025	R	Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
			121,30	29,02	1,52	2,54	0,91	0,03	0,00	0,32			
			531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
			2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1			
			224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
			2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1			
			Főtt tojásokkal	442,99	82,06	5,50	4,90	1,50	0,35	0,00	0,34 3		
			531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
			Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1		
			Sálatával	2,16	0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00		
			E Gyógyes gyümölcsleves	270,19	59,42	0,23	0,14	0,02	15,31	7,50	0,06		
			Pöré halszerem	330,27	79,79	1,78	7,50	3,99	0,40	0,00	0,27 7,10,(12)		
			Pálóit rizzsel	1 318,00	315,31	5,36	9,42	1,09	51,80	0,00	0,37		
			Vánília pudring rizzsel	117,40	26,09	0,03	0,30	0,04	6,19	3,00	0,00		
			2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1			
			Körte	330,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,00 1		
Álmáté 100%	98,25	23,50	0,03	0,00	0,00	5,63	0,00	0,00					
Teljedara rizzsel	995,19	238,08	2,75	2,72	0,30	49,53	18,72	0,08 1					
Kakao szóráttal	995,52	142,47	0,93	0,07	0,01	35,03	34,97	0,01					
P Sült hunka	693,81	165,98	11,66	9,58	5,21	6,08	0,00	1,81					
Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1					
Pöréghagymakarikával	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,01					
Összesen:	6 824,96	1 627,46	41,11	66,08	16,44	212,19	77,73	4,09					
11/15/2025	R	Álmáté 100%	98,25	23,50	0,03	0,00	0,00	5,63	0,00	0,00			
			124,30	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40			
			531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
			2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1			
			224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00			
			2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1			
			Növényi szendvicsek	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32		
			Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1		
			E Tejmentes lencsegyús	1 607,54	406,13	11,83	2,91	0,87	12,58	0,00	0,18 10,(12)		
			Növényi túsú csusza porcól	529,04	125,51	4,88	22,89	8,04	44,02	2,88	2,18		
			Növényi lefőző	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00 1		
			A Alom sonkás	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43		
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
			Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1		
			Álmáté 100%	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00 1		
			Füstölt főtt tarja	922,83	220,77	10,32	19,80	7,90	0,06	0,00	3,05		
Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1					
Jégcsapáttal	11,80	2,83	0,22	0,02	0,01	0,53	0,13	0,01					
Összesen:	5 647,73	1 327,24	33,87	96,17	33,78	79,42	16,40	7,17					
11/16/2025	R	Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
			279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84			
			531,22	127,09</									

Heti étlap 2025.11.10.- 2025.11.14.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(05392) Tej, alma-, padlizsán,majonéz M 4-6	Kakaó rizstejből, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1]	Herba tea citromlé nélkül, Bécsi felvágottas , Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1]	Rizstej, Baracklekváros(12), Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1]	Herba tea citromlé nélkül, Cheddar sajtos növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Herba tea citromlé nélkül, Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllal
		Energia: 265.95 Kcal / 1,111.67 KJ	Energia: 248.54 Kcal / 1,038.90 KJ	Energia: 237.99 Kcal / 994.80 KJ	Energia: 103.29 Kcal / 431.75 KJ	Energia: 264.16 Kcal / 1,104.19 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.32 g15.94 g4.05 g	2.81 g20.16 g6.09 g	0.19 g15.92 g4.03 g	0.25 g4.80 g4.20 g	5.62 g18.91 g5.30 g
		SzénhidrátCukor	SzénhidrátCukor	SzénhidrátCukor	SzénhidrátCukor	SzénhidrátCukor
		29.49 g21.42 g0.21 g	13.68 g13.39 g1.04 g	22.53 g14.33 g0.20 g	14.84 g13.39 g0.32 g	14.04 g13.54 g0.38 g
		1	1	1,(12)	1	1,3
Ebéd	(05392) Tej, alma-, padlizsán,majonéz M 4-6	Kerti zöldségleves[9], Paradicsomos húsoskáposztával, Diétás pékáruval BL, ebédhez	Legényfogó leves[1], Rizsfelfújt[3], Meggyraguval, Körte	Daragaluska leves[1,3,9], Rántott csirkemell[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Karalábéleves[1], Hortobágyi rakott tészta TM[1,3]	Vegyes gyümölcsleves, Budapest ragu, Párolt rizzzsel
		Energia: 399.45 Kcal / 1,669.70 KJ	Energia: 616.76 Kcal / 2,578.06 KJ	Energia: 696.47 Kcal / 2,911.24 KJ	Energia: 445.29 Kcal / 1,861.31 KJ	Energia: 520.13 Kcal / 2,174.14 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		18.16 g14.22 g2.08 g	14.20 g11.17 g2.54 g	41.29 g19.43 g2.75 g	17.40 g21.68 g5.28 g	17.40 g17.43 g2.81 g
		SzénhidrátCukor	SzénhidrátCukor	SzénhidrátCukor	SzénhidrátCukor	SzénhidrátCukor
		48.67 g2.14 g1.23 g	113.51 g34.49 g1.15 g	87.56 g5.90 g2.09 g	43.87 g1.85 g2.04 g	73.87 g7.50 g1.27 g
		9	1,3	1,3,9	1,3	
Uzsonna	(05392) Tej, alma-, padlizsán,majonéz M 4-6	növényi sajtos pogácsa-TündérManna	Növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Paprikával	Kenőmájassal, Diétás pékáru BL[1], Póréhagymakarikával	Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával	Vaníliás puding rizstejjel, Diétás pékáru BL[1], Körte
		Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ	Energia: 53.90 Kcal / 225.30 KJ	Energia: 66.88 Kcal / 279.56 KJ	Energia: 197.39 Kcal / 825.09 KJ	Energia: 108.27 Kcal / 452.57 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.70 g17.10 g9.30 g	0.52 g4.87 g4.20 g	2.67 g5.46 g2.20 g	3.04 g20.19 g6.26 g	0.66 g0.75 g0.04 g
		SzénhidrátCukor	SzénhidrátCukor	SzénhidrátCukor	SzénhidrátCukor	SzénhidrátCukor
		34.20 g1.50 g1.40 g	2.13 g0.00 g0.32 g	6.41 g0.10 g0.35 g	0.68 g0.10 g1.05 g	24.34 g3.00 g0.01 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

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-nátriosztószer	
Quadro Byte Zrt			Oldalak		

Jó étvágyat kívánunk!
 eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Cseportos adószám: 17783408-5-13
 Adószám: 26215838-4-13
 Élelmezésvezető

2023.10.25 9:47:25 | QB - Élelem

Tételes étlap 2025.11.10. - 2025.11.16.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/10/2025	bárák (05392)	Tej, alma-,											
			T Kakaó rizstejből	577,57	138,17	0,25	1,94	0,25	29,26	21,42	0,01		
			Liga margarinnal	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	1	
			E Kerti zöldségleves	148,83	35,58	1,14	1,58	0,19	4,13	0,01	0,59	9	
			Paradicsomos húsoskáposztával	1 088,71	260,45	16,42	12,49	1,87	20,03	0,63	0,62		
			Diétás pékáruval BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02		
			U növényi sajtos pogácsa-TündérManna	1 242,00	297,13	0,70	17,10	9,30	34,20	1,50	1,40		
		Összesen:	4 023,49	962,53	19,18	47,26	15,43	112,36	25,06	2,84			
11/11/2025	bárák (05392)	Tej, alma-, padlizsán, majonézM 4-											
			T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00		
			Bécsi felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
			Liga margarinnal	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	1	
			E Legényfogyó leves	365,39	86,50	7,57	3,99	0,97	5,20	0,01	0,60	1	
			Rizsfelfújt	1 741,13	416,54	5,87	6,63	1,57	82,39	30,18	0,32	3	
			Meggyraguval	143,09	34,23	0,16	0,10	0,00	7,92	4,30	0,22		
			Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01		
			U Növényi szendvicsskrémes	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	
			Paprikával	18,43	4,41	0,27	0,07	0,00	0,68	0,00	0,00		
		Összesen:	3 846,02	919,20	17,53	36,20	12,83	129,32	47,88	2,51			
11/12/2025	csirke (05392)	Tej, alma-, padlizsán, majonézM 4-											
			T Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00		
			Baracklekváros	109,63	26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	6,30	0,00	(12)	
			Liga margarinnal	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	1	
			E Daragaluska leves	242,23	57,95	2,35	0,77	0,16	10,20	0,00	0,13	1,3,9	
			Rántott csirkemell	1 472,70	352,32	30,52	12,16	1,87	29,77	0,00	1,80	1,3	
			Zöldborsófőzelékkel	764,04	182,78	7,82	6,35	0,70	23,08	4,40	0,14	1	
			Diétás pékáruval BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02		
			U Kenőmájassal	245,80	58,81	2,20	5,40	2,20	5,00	0,10	0,34		
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
			Póréhagymakarikával	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,01		
		Összesen:	4 185,51	1 001,34	44,15	40,81	8,98	116,50	20,33	2,64			
11/13/2025	csirke (05392)	Tej, alma-,											
			T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00		
			Cheddar sajtos növényi	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	
			E Karalábéleves	133,56	30,44	1,47	0,22	0,04	6,02	0,03	0,56	1	
			Hortobágyi rakott tészta TM	1 734,05	414,85	15,93	21,46	5,24	37,85	1,82	1,48	1,3	
			U Olasz felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
			Liga margarinnal	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	1	
			Kígyóborkával	11,06	2,65	0,23	0,03	0,17	0,39	0,10	0,01		
		Összesen:	3 124,38	745,97	20,69	46,67	15,74	59,39	15,34	3,41			
11/14/2025	csirke (05392)	Tej, alma-, padlizsán, majonézM 4-											
			T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00		
			Főtt tojáskarikával	342,99	82,06	5,50	4,90	1,50	0,35	0,15	0,18	3	
			Liga margarinnal	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	1	
			Salátalevéllel	2,16	0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00		
			E Vegyes gyümölcsleves	270,19	59,42	0,23	0,14	0,02	15,31	7,50	0,06		
			Budapest ragu	608,28	145,40	11,81	7,87	1,70	6,66	0,00	0,84		
			Párolt rizzsel	1 318,00	315,31	5,36	9,42	1,09	51,90	0,00	0,37		
			U Vanília puding rizstejjel	117,40	28,09	0,03	0,30	0,04	6,19	3,00	0,00		
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
			Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01		
		Összesen:	3 753,12	892,56	23,68	37,09	8,15	112,25	24,04	1,66			

Heti étlap 2025.11.10 - 2025.11.14.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 eatrend Tízórai	5572 Tej,tojás,rozsmment es 4-6 éves	Kakaó rizstejből, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1]	Herba tea citromlé nélkül, Bécsi felvágottas , Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1]	Rizstej, Baracklekváros(12), Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1]	Herba tea citromlé nélkül, Cheddar sajtos növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL[1]	Herba tea citromlé nélkül, Pulykamell sonkás, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéellel
		Energia: 265.95 Kcal / 1,111.67 KJ	Energia: 248.54 Kcal / 1,038.90 KJ	Energia: 237.99 Kcal / 994.80 KJ	Energia: 103.29 Kcal / 431.75 KJ	Energia: 204.21 Kcal / 853.60 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.32 g15.94 g4.05 g	2.81 g20.16 g6.09 g	0.19 g15.92 g4.03 g	0.25 g4.80 g4.20 g	3.52 g14.57 g3.99 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		29.49 g21.42 g0.21 g	13.68 g13.39 g1.04 g	22.53 g14.33 g0.20 g	14.84 g13.39 g0.32 g	14.53 g13.39 g0.63 g
		1	1	1,(12)	1	1
Ebéd	5572 Tej,tojás,rozsmment es 4-6 éves	Kerti zöldségleves[9], Paradicsomos húsoskáposztával, Diétás pékáruval BL, ebédhez	Legényfogó leves[1], Rizsfelfújt[3], Meggyraguval, Alma	Daragaluska leves[1], Rántott csirkemell, Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Karalábéleves[1], Hortobágyi rakott tészta TM	Vegyes gyümölcsleves, Budapest ragu, Párolt rizzsel
		Energia: 399.45 Kcal / 1,669.70 KJ	Energia: 589.45 Kcal / 2,463.90 KJ	Energia: 638.25 Kcal / 2,667.89 KJ	Energia: 427.76 Kcal / 1,788.04 KJ	Energia: 520.13 Kcal / 2,174.14 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		18.16 g14.22 g2.08 g	14.20 g11.32 g2.54 g	36.51 g18.76 g1.97 g	12.11 g20.61 g5.01 g	17.40 g17.43 g2.81 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		48.67 g2.14 g1.23 g	106.01 g34.49 g1.16 g	79.63 g5.90 g1.59 g	46.75 g3.85 g1.81 g	73.87 g7.50 g1.27 g
		9	1,3	1	1	
Uzsonna	5572 Tej,tojás,rozsmment es 4-6 éves	növényi sajtos pogácsa-TündérManna	Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL[1], Paprikával	Kenőmájassal, Diétás pékáru BL[1], Póréhagymakarikával	Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával	Vaníliás puding rizstejjel, Diétás pékáru BL[1], Körte
		Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ	Energia: 53.90 Kcal / 225.30 KJ	Energia: 66.88 Kcal / 279.56 KJ	Energia: 197.39 Kcal / 825.09 KJ	Energia: 108.27 Kcal / 452.57 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.70 g17.10 g9.30 g	0.52 g4.87 g4.20 g	2.67 g5.46 g2.20 g	3.04 g20.19 g6.26 g	0.66 g0.75 g0.04 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		34.20 g1.50 g1.40 g	2.13 g0.00 g0.32 g	6.41 g0.10 g0.35 g	0.68 g0.10 g1.05 g	24.34 g3.00 g0.01 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,1: 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
Quadro Byte Zrt			Oldalak	

Jó étvágyat kívánunk!
eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Cseportos adószám: 17783403-5-1-
 Adószám: 262158334-1-1
 Élelmezésvezető

2023.02.24 10:53:17 | QB - Élelem



Tételes étlap 2025.11.10. - 2025.11.16.											
Dátum	Étlap tétele	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/10/2025	1. sz. ét. (05572) Tel. lejárás, rozsmmentes4-6	R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Növényi szendvicskrém	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00		
		Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	1	
		T Kakao rizstejből	577,57	138,17	0,25	1,94	0,25	29,26	21,42	0,01	
		Liga margarinnal	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 1	
		E Kerti zöldségleves	148,83	35,58	1,14	1,58	0,19	4,13	0,01	0,59 9	
		Paradicsomos húsoskáposztával	1 088,71	260,45	16,42	12,49	1,87	20,03	0,63	0,62	
		Diétás pékáruval BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
		U növényi sajtós pogácsa-TündérManna	1 242,00	297,13	0,70	17,10	9,30	34,20	1,50	1,40	
		V Almalé 100%	98,25	23,50	0,03	0,00	0,00	5,63	0,00	0,00	
		Spenótos csirkés rakott tészta	1 339,08	320,35	16,98	8,29	1,21	43,45	3,88	1,03 1	
		P Füstölt kolbászos	122,56	29,32	1,55	2,54	0,96	0,03	0,00	0,28	
		Liga margarinnal	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 1	
		Összesen:	6 324,31	1 512,97	38,06	76,89	25,60	163,15	28,94	4,67	
11/11/2025	1. sz. ét. (05572) Tel. lejárás, rozsmmentes4-6	R Almalé 100%	98,25	23,50	0,03	0,00	0,00	5,63	0,00	0,00	
		Sós növényi túrókrém	13,65	3,27	0,03	0,30	0,00	0,09	0,02	0,49	
		Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1	
		T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
		Bécsi felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84	
		Liga margarinnal	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 1	
		E Legényfogyó leves	365,39	86,50	7,57	3,99	0,97	5,20	0,01	0,60 1	
		Rizsfelfújt	1 741,13	416,54	5,87	6,63	1,57	82,39	30,18	0,32 3	
		Meggyraguval	143,09	34,23	0,16	0,10	0,00	7,92	4,30	0,22	
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
		U 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	
		Paprikával	18,43	4,41	0,27	0,07	0,00	0,68	0,00	0,00	
		V Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Helyben készült sonkás pizzaszelet	1 117,93	267,44	13,81	7,73	1,63	35,64	6,45	3,33	
11/12/2025	1. sz. ét. (05572) Tel. lejárás, rozsmmentes4-6	P Sült húskrém	320,97	76,79	1,78	7,53	3,39	0,40	0,00	0,27 7,10,(12)	
		Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1	
		Salátalevéllel	2,16	0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00	
		Összesen:	5 290,55	1 264,79	33,29	51,92	17,85	163,95	54,35	6,61	
		R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Csirkemellsonkás	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43	
		Liga margarinnal	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 1	
		Kigyóborkával	11,06	2,65	0,23	0,03	0,17	0,39	0,10	0,01	
		T Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00	
		Baracklekváros	109,63	26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	6,30	0,00 (12)	
		Liga margarinnal	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 1	
		E Daragaluksa leves	201,13	48,12	1,50	0,26	0,04	9,80	0,00	0,12 1	
		Rántott csirkemell	1 270,41	303,93	26,59	12,00	1,21	22,24	0,00	1,31	
		Zöldboršófélekkel	764,04	182,78	7,82	6,35	0,70	23,08	4,40	0,14 1	
11/13/2025	1. sz. ét. (05572) Tel. lejárás, rozsmmentes4-6	Diétás pékáruval BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
		U Kenőmájassal	245,80	58,81	2,20	5,40	2,20	5,00	0,10	0,34	
		Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1	
		Pöréghagymakarikával	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,01	
		V Almalé 100%	98,25	23,50	0,03	0,00	0,00	5,63	0,00	0,00	
		Burgonyás tészta	1 194,94	285,87	3,93	5,43	0,59	54,14	2,57	1,19	
		Csemege uborkával	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96 15,(12)	
		P Paprikás szalámis	206,56	49,42	1,96	4,58	1,61	0,03	0,00	0,40	
		Liga margarinnal	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 1	
		Paradicsommal	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01	
		Összesen:	6 654,82	1 592,12	49,50	78,82	18,37	171,90	23,00	5,54	
		R Almalé 100%	98,25	23,50	0,03	0,00	0,00	5,63	0,00	0,00	
		Vaníliás növényi túrókrém	68,09	16,29	0,03	0,39	0,00	3,12	3,02	0,00	
		Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1	
		T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
		Cheddar sajtos növényi	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	
11/14/2025	1. sz. ét. (05572) Tel. lejárás, rozsmmentes4-6	E Karalábéleves	133,56	30,44	1,47	0,22	0,04	6,02	0,03	0,56 1	
		Hortobágyi rakott tészta TM	1 660,83	397,32	10,64	20,39	4,97	40,73	3,82	1,25	
		U Olasz felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84	
		Liga margarinnal	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 1	
		Kigyóborkával	11,06	2,65	0,23	0,03	0,17	0,39	0,10	0,01	
		V Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Sült debreceni	721,79	172,68	9,78	14,67	5,29	0,18	0,00	1,58 (6)	
		Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1	
		Mustárral	212,18	50,76	1,71	1,92	0,00	6,60	0,00	0,57 10,(12)	
		P Viole növényi sajt szelettel	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Liga margarinnal	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 1	
		Paprikával	18,43	4,41	0,27	0,07	0,00	0,68	0,00	0,00	
		Összesen:	4 745,44	1 133,79	27,35	77,34	24,56	79,61	20,36	5,53	
		R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Turista felvágottas	121,30	29,02	1,52	2,52	0,91	0,03	0,00	0,32	
		Liga margarinnal	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 1	
		T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
		Pulykamell sonkás	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43	
		Liga margarinnal	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 1	
		Salátalevéllel	2,16	0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00	
		E Vegyes gyümölcsleves	270,19	59,42	0,23	0,14	0,02	15,31	7,50	0,06	
		Budapest ragu	608,28	145,40	11,81	7,87	1,70	6,66	0,00	0,84	
		Párolt rizzzel	1 318,00	315,31	5,36	9,42	1,09	51,90	0,00	0,37	
		U Vaníliás puding rizstejjel	117,40	28,09	0,03	0,30	0,04	6,19	3,00	0,00	
		Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1	
		Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01	
		V Almalé 100%	98,25	23,50	0,03	0,00	0,00	5,63	0,00	0,00	
		Teljesedara rizstejjel	995,19	238,08	2,75	2,72	0,30	49,53	18,72	0,08 1	
		Kakao szórattal	595,52	142,47	0,93	0,11	0,07	35,03	34,97	0,01	
		P Sült hunka	693,81	165,98	11,66	9,58	3,21	8,08	0,00	1,81	
		Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1	
		Pöréghagymakarikával	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,01	
		Összesen:	6 574,37	1 567,51	39,01	61,74	15,13	212,68	77,58	4,34	

Heti étlap 2025.11.10 - 2025.11.14.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 eatrend Tízórai	(05902) Gluténmentes4-6	Tej 1,5%[7], Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru	Herba tea citromlé nélkül, Bécsi felvágottas , Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru	Tej 1,5%[7], Barackleváros(12), Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru	Herba tea citromlé nélkül, Natúr sajtkrémes[7], Gluténmentes pékáru	Herba tea citromlé nélkül, Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru, Salátalevéllal
		Energia: 370.64 Kcal / 1,549.28 KJ	Energia: 393.85 Kcal / 1,646.29 KJ	Energia: 396.87 Kcal / 1,658.92 KJ	Energia: 275.46 Kcal / 1,151.42 KJ	Energia: 409.47 Kcal / 1,711.58 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		10.51 g18.02 g5.63 g	6.42 g21.16 g6.29 g	10.57 g18.02 g5.63 g	4.74 g8.70 g4.78 g	9.23 g19.91 g5.50 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		38.23 g0.40 g0.82 g	41.03 g13.79 g1.39 g	44.67 g6.70 g0.82 g	41.29 g13.79 g0.59 g	41.39 g13.94 g0.73 g
		7	7,(12)	7	3	
Ebéd	(05902) Gluténmentes4-6	Kerti zöldségleves[9], Paradicsomos húsoskáposztával, GM pékáruval, ebédhez	Legényfogó leves[7], Rizsfelfújt[3,7,(12)], Meggyraguval, Alma	Kukoricagaluska-leves[9], Rántott csirkemell, Zöldborsófőzelékkel[7], GM pékáruval, ebédhez	Karalábéleves, Hortobágyi rakott tészta	Vegyes gyümölcsleves[7], Budapest ragu, Párolt rizszel
		Energia: 411.45 Kcal / 1,719.86 KJ	Energia: 690.56 Kcal / 2,886.54 KJ	Energia: 677.92 Kcal / 2,833.71 KJ	Energia: 423.54 Kcal / 1,770.40 KJ	Energia: 540.71 Kcal / 2,260.17 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		18.12 g15.99 g3.06 g	22.21 g10.96 g3.85 g	41.71 g18.47 g2.46 g	11.89 g20.53 g4.99 g	18.25 g20.24 g4.39 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		47.62 g2.13 g1.18 g	124.40 g28.80 g1.40 g	84.44 g7.21 g1.70 g	46.13 g3.62 g1.80 g	72.74 g7.50 g1.29 g
		9	3,7,(12)	7,9	7	
Uzsonna	(05902) Gluténmentes4-6	növényi sajtos pogácsa-TündérManna	Magyaros vajkrémes[7], Gluténmentes pékáru, Paprikával	Kenőmájassal, Gluténmentes pékáru, Póréhagymakarikával	Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru, Kígyóborkával	Vaníliás puding, Gluténmentes pékáru, Körte
		Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ	Energia: 226.37 Kcal / 946.23 KJ	Energia: 212.19 Kcal / 886.95 KJ	Energia: 342.70 Kcal / 1,432.49 KJ	Energia: 383.24 Kcal / 1,601.94 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.70 g17.10 g9.30 g	4.41 g9.07 g4.07 g	6.28 g6.46 g2.40 g	6.65 g21.19 g6.46 g	8.71 g6.73 g3.11 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		34.20 g1.50 g1.40 g	28.58 g0.40 g0.36 g	33.76 g0.50 g0.70 g	28.03 g0.50 g1.40 g	68.42 g18.60 g0.46 g
		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,la	10-mustár	13-csillagfűrt
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezámm	14-puhatestűek
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterméreg és édesítőszer

Tételes étlap 2025.11.10. - 2025.11.16.

Dátum	Étlap tétele	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T Zsír/sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
11/10/2025	László (05902)	Gluténmentes4-6	R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Pritaminos vajkrém	242,24	57,95	0,44	6,02	2,90	0,45	0,00	0,01 7	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			T Tej 1,5%	407,75	97,55	6,83	3,02	1,63	10,65	0,00	0,27 7	
			Liga margarinnal	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 Kerti zöldségleves	129,79	31,05	1,04	1,53	0,17	3,14	0,00	0,56 9	
			Paradicsomos húsoskáposztával	1 157,77	276,98	16,48	14,31	2,87	19,97	0,63	0,60	
			GM pékáruval, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
			U növényi sajtós pogácsa-TündérManna	1 242,00	297,13	0,70	17,10	9,30	34,20	1,50	1,40	
			V Almalé 100%	98,25	23,50	0,03	0,00	0,00	5,63	0,00	0,00	
			Spenótos csirkés rakott tészta	1 339,15	320,37	16,87	8,42	1,24	43,26	3,88	1,03	
			P Füstölt kolbászos	122,56	29,32	1,55	2,54	0,96	0,03	0,00	0,28	
			Liga margarinnal	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:	8 065,09	1 929,45	55,54	84,09	27,29	224,50	8,71	5,62			
11/11/2025	László (05902)	Gluténmentes4-6	R Almalé 100%	98,25	23,50	0,03	0,00	0,00	5,63	0,00	0,00	
			Poharas kefir	276,36	66,11	6,80	0,20	0,11	9,20	0,00	0,60 7	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Bécsi felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84	
			Liga margarinnal	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 Legényfogyó leves	427,97	101,48	7,78	5,07	1,58	6,27	0,01	0,62 7	
			Rizsfelfűt	2 101,17	502,67	13,67	5,19	2,27	99,71	24,49	0,54 3,7,(12)	
			Meggyraguval	143,09	34,23	0,16	0,10	0,00	7,92	4,30	0,22	
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
			U 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	
			Paprikával	18,43	4,41	0,27	0,07	0,00	0,68	0,00	0,00	
V Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
Helyben készült sonkás pizzaszlet	1 117,93	267,44	13,81	7,73	1,63	35,64	6,45	3,33				
P Sült húskrém	320,97	76,79	1,78	7,53	3,39	0,40	0,00	0,27 7,10,(12)				
Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35				
Salátalevéllel	2,16	0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00				
	Összesen:	8 519,09	2 037,14	62,79	58,66	19,74	299,95	50,24	8,05			
11/12/2025	László (05902)	Gluténmentes4-6	R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Csirkemellsonkás	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43	
			Liga margarinnal	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	
			Kigyóborkával	11,06	2,65	0,23	0,03	0,17	0,39	0,10	0,01	
			T Tej 1,5%	407,75	97,55	6,83	3,02	1,63	10,65	0,00	0,27 7	
			Baracklekváros	109,63	26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	6,30	0,00 (12)	
			Liga margarinnal	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 Kukoricagoluska-leves	185,03	44,27	0,90	2,07	0,25	5,34	0,00	0,17 9	
			Rántott csirkemell	1 453,18	347,65	31,77	10,59	1,40	30,62	0,68	1,33	
			Zöldborsófőzelékkel	763,18	182,58	8,44	5,66	0,79	23,97	5,03	0,18 7	
			GM pékáruval, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
			Kendőmájjal	245,80	58,81	2,20	5,40	2,20	5,00	0,10	0,34	
Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35				
Pöréghagymarikával	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,01				
V Almalé 100%	98,25	23,50	0,03	0,00	0,00	5,63	0,00	0,00				
Burgonyás tészta	1 194,94	285,87	3,93	5,43	0,59	54,14	2,57	0,18				
Csemege uborkával	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96 15,(12)				
P Paprikás szalámis	206,56	49,42	1,96	4,58	1,61	0,03	0,00	0,40				
Liga margarinnal	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				
Paradicsommal	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01				
	Összesen:	9 307,02	2 226,60	75,91	83,63	21,06	280,90	17,88	6,31			
11/13/2025	László (05902)	Gluténmentes4-6	R Almalé 100%	98,25	23,50	0,03	0,00	0,00	5,63	0,00	0,00	
			Vanília túrókrém	272,80	65,26	5,41	2,83	1,54	4,47	3,00	0,02 7,(12)	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	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	
			E Karalábéleves	125,83	28,59	1,26	0,19	0,03	5,85	0,03	0,55	
			Hortobágyi rakott tészta	1 650,87	394,95	10,63	20,34	4,96	40,28	3,59	1,25	
			U Olasz felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84	
			Liga margarinnal	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	
			Kigyóborkával	11,06	2,65	0,23	0,03	0,17	0,39	0,10	0,01	
			V Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Sült debreceni	721,79	172,68	9,78	14,67	5,29	0,18	0,00	1,58 (6)	
Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35				
Mustárral	212,18	50,76	1,71	1,92	0,00	6,60	0,00	0,57 10,(12)				
P Trappista sajt szelettel	621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97 7				
Liga margarinnal	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				
Paprikával	18,43	4,41	0,27	0,07	0,00	0,68	0,00	0,00				
	Összesen:	8 667,86	2 072,15	62,52	98,15	34,60	216,23	22,11	8,18			
11/14/2025	László (05902)	Gluténmentes4-6	R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Turista felvágottas	121,30	29,02	1,52	2,52	0,91	0,03	0,00	0,32	
			Liga margarinnal	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 Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Főtt tojáskarikával	342,99	82,06	5,50	4,90	1,50	0,35	0,15	0,18 3	
			Liga margarinnal	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	
			Salátalevéllel	2,16	0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00	
			E Vegyes gyümölcsleves	370,65	79,98	1,16	3,03	1,67	13,91	7,50	0,09 7	
			Budapest ragu	608,37	145,42	11,73	7,79	1,63	6,93	0,00	0,83	
			Párolt rizszel	1 318,00	315,31	5,36	9,42	1,09	51,90	0,00	0,37	
			U Vanília puding	659,40	157,75	4,47	5,28	2,91	22,92	18,20	0,10	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01				
V Almalé 100%	98,25	23,50	0,03	0,00	0,00	5,63	0,00	0,00				
Tejbe kukoricadara	1 081,48	258,73	11,42	4,71	2,18	42,35	8,87	0,45 7				
Fahéjas porccorral	168,60	40,33	0,00	0,00	0,00	10,03	9,99	0,00				
P Sült hurka	693,81	165,98	11,66	9,58	3,21	8,08	0,00	1,81				
Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35				
Pöréghagymarikával	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,01				
	Összesen:	9 556,56	2 277,45	68,58	79,75	23,50	305,01	59,70	5,97			

Heti étlap 2025.11.10 - 2025.11.14.

 Tízórai	(06002) Glutén,tej,tojás,cm ,OM,szója4-6	hétfő Rizstej, Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru	kedd Herba tea citromlé nélkül, Bécsi felvágottas , Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru	szerda Rizstej, Baracklekváros(12), Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru	csütörtök Herba tea citromlé nélkül, Cheddar sajtos növényi szendvicskrémés, Gluténmentes pékáru	péntek Herba tea citromlé nélkül, Pulykamell sonkás, Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru, Salátalevéllal										
		Energia: 503.07 Kcal / 2,102.83 KJ Energia: 539.85 Kcal / 2,256.57 KJ Energia: 529.30 Kcal / 2,212.47 KJ Energia: 394.60 Kcal / 1,649.43 KJ Energia: 495.52 Kcal / 2,071.27 KJ														
		Fehérje 7.38 g	Zsír 17.92 g	T.Zsírsv 4.43 g	Fehérje 10.06 g	Zsír 22.16 g	T.Zsírsv 6.49 g	Fehérje 7.44 g	Zsír 17.92 g	T.Zsírsv 4.43 g	Fehérje 7.50 g	Zsír 6.80 g	T.Zsírsv 4.60 g	Fehérje 10.77 g	Zsír 16.57 g	T.Zsírsv 4.39 g
		Szénhidrát 70.94 g	Cukor 8.83 g	Só 0.90 g	Szénhidrát 68.53 g	Cukor 14.19 g	Só 1.74 g	Szénhidrát 77.38 g	Cukor 15.13 g	Só 0.90 g	Szénhidrát 69.69 g	Cukor 14.19 g	Só 1.02 g	Szénhidrát 69.38 g	Cukor 14.19 g	Só 1.33 g
		(12)														
		Ebéd	(06002) Glutén,tej,tojás,cm ,OM,szója4-6	Kerti zöldségleves[9], Paradicsomos húsoskáposztával, GM pékáruval, ebédhez	Legényfogó leves, Rizsfelfűjt[15,(12)], Meggyraguval, Alma	Kukoricagaluska-leves, Rántott csirkemell, Zöldborsófőzelékkel, GM pékáruval, ebédhez	Karalábéleves, Hortobágyi rakott tészta	Vegyes gyümölcsleves, Budapest ragu, Párolt rizzsel								
Energia: 545.92 Kcal / 2,281.95 KJ Energia: 584.84 Kcal / 2,444.63 KJ Energia: 912.36 Kcal / 3,813.66 KJ Energia: 750.06 Kcal / 3,135.25 KJ Energia: 550.63 Kcal / 2,301.63 KJ																
Fehérje 19.75 g	Zsír 17.66 g			T.Zsírsv 3.24 g	Fehérje 22.87 g	Zsír 8.95 g	T.Zsírsv 2.04 g	Fehérje 46.77 g	Zsír 23.44 g	T.Zsírsv 2.85 g	Fehérje 21.16 g	Zsír 36.07 g	T.Zsírsv 8.76 g	Fehérje 17.58 g	Zsír 17.64 g	T.Zsírsv 2.81 g
Szénhidrát 75.27 g	Cukor 3.63 g			Só 1.75 g	Szénhidrát 104.75 g	Cukor 4.31 g	Só 3.55 g	Szénhidrát 125.96 g	Cukor 11.67 g	Só 1.93 g	Szénhidrát 82.37 g	Cukor 6.35 g	Só 3.29 g	Szénhidrát 83.67 g	Cukor 14.99 g	Só 1.32 g
9				15,(12)												
Uzsonna	(06002) Glutén,tej,tojás,cm ,OM,szója4-6			növényi sajtos pogácsa- TündérManna	Növényi szendvicskrémés, Gluténmentes pékáru, Paprikával	Kenőmájassal, Gluténmentes pékáru, Póréhagymakarikával	Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru, Kígyóuborkával	Vaníliás puding rizstejjel, Gluténmentes pékáru, Körte								
		Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ Energia: 345.21 Kcal / 1,442.98 KJ Energia: 358.19 Kcal / 1,497.23 KJ Energia: 488.70 Kcal / 2,042.77 KJ Energia: 399.58 Kcal / 1,670.24 KJ														
		Fehérje 0.70 g	Zsír 17.10 g	T.Zsírsv 9.30 g	Fehérje 7.77 g	Zsír 6.87 g	T.Zsírsv 4.60 g	Fehérje 9.92 g	Zsír 7.46 g	T.Zsírsv 2.60 g	Fehérje 10.29 g	Zsír 22.19 g	T.Zsírsv 6.66 g	Fehérje 7.91 g	Zsír 2.75 g	T.Zsírsv 0.44 g
		Szénhidrát 34.20 g	Cukor 1.50 g	Só 1.40 g	Szénhidrát 56.98 g	Cukor 0.80 g	Só 1.02 g	Szénhidrát 61.26 g	Cukor 0.90 g	Só 1.05 g	Szénhidrát 55.53 g	Cukor 0.90 g	Só 1.75 g	Szénhidrát 79.19 g	Cukor 3.80 g	Só 0.71 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,la

8-diófélék

9-zeller
- 10-mustár

11-szezám

12-kéndioxid-szulfít
- 13-csillagfűrt

14-puhatestűek

15-mesterséges édesítőszer
- 16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!
eatrend Danubia Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Cégjegyzéki szám: 17783408-5-10
Adószám: 26215633-4-13
Élelmezésvezető



Tételes étlap 2025.11.10. - 2025.11.16.												
	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/10/2025	Laktóz (06002)	Glutén,tej,tojás,OM,szója4-6	R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Növényi szendvicskrémes	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 Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00	
			Liga margarinnal	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 Kerti zöldségleves	129,79	31,05	1,04	1,53	0,17	3,14	0,00	0,56	9
			Paradicsomos húsoskáposztával	1 157,77	276,98	16,48	14,31	2,87	19,97	0,63	0,60	
			GM pékáruval, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
			U növényi sajtós pogácsa-TündérManna	1 242,00	297,13	0,70	17,10	9,30	34,20	1,50	1,40	
			Összesen:	5 268,67	1 260,45	26,42	55,81	20,99	154,06	12,46	3,80	
11/11/2025	Laktóz (06002)	Glutén,tej,tojás,OM,szója4-6	R Almalé 100%	98,25	23,50	0,03	0,00	0,00	5,63	0,00	0,00	
			Sós növényi túrókrémes	13,65	3,27	0,03	0,30	0,00	0,09	0,02	0,49	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Bécsi felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84	
			Liga margarinnal	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 Legényfogó leves	374,61	88,71	7,50	3,98	0,99	5,84	0,01	0,61	
			Rizsfelfújt	788,32	182,98	4,05	0,17	0,04	42,56	0,00	1,19	15,(12)
			Meggyraguval	143,09	34,23	0,16	0,10	0,00	7,92	4,30	0,22	
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
			U Növényi szendvicskrémes	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32	
11/12/2025	Laktóz (06002)	Glutén,tej,tojás,OM,szója4-6	Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			Paprikával	18,43	4,41	0,27	0,07	0,00	0,68	0,00	0,00	
			Összesen:	4 725,30	1 123,93	26,56	33,18	11,92	170,55	18,92	4,94	
			R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Csirkemellsonkás	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43	
			Liga margarinnal	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	
			Kigyóborkával	11,06	2,65	0,23	0,03	0,17	0,39	0,10	0,01	
			T Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00	
			Baracklekváros	109,63	26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	6,30	0,00	(12)
			Liga margarinnal	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	
11/13/2025	Laktóz (06002)	Glutén,tej,tojás,OM,szója4-6	E Kukoricagaluska-leves	182,82	43,74	0,89	2,09	0,25	5,20	0,00	0,17	
			Rántott csirkemell	1 453,18	347,65	31,77	10,59	1,40	30,62	0,68	1,33	
			Zoldborsófőzelékkel	712,06	170,35	7,58	5,28	0,58	22,63	5,03	0,14	
			GM pékáruval, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
			U Kenőmájással	245,80	58,81	2,20	5,40	2,20	5,00	0,10	0,34	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			Pöréahagymakarikával	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,01	
			Összesen:	6 514,40	1 558,50	58,23	57,08	13,24	195,41	22,94	3,90	
			R Almalé 100%	98,25	23,50	0,03	0,00	0,00	5,63	0,00	0,00	
			Vaníliás növényi túrókrémes	68,09	16,29	0,03	0,39	0,00	3,12	3,02	0,00	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
11/14/2025	Laktóz (06002)	Glutén,tej,tojás,OM,szója4-6	Cheddar sajtós növényi	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	
			E Karalábéleves	125,83	28,59	1,26	0,19	0,03	5,85	0,03	0,55	
			Hortobágyi rakott tészta	1 650,87	394,95	10,63	20,34	4,96	40,28	3,59	1,25	
			U Olasz felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84	
			Liga margarinnal	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	
			Kigyóborkával	11,06	2,65	0,23	0,03	0,17	0,39	0,10	0,01	
			Összesen:	5 024,93	1 200,63	26,10	48,91	16,05	152,60	21,33	4,22	
			R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Turista felvágottas	121,30	29,02	1,52	2,52	0,91	0,03	0,00	0,32	
			Liga margarinnal	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	
11/14/2025	Laktóz (06002)	Glutén,tej,tojás,OM,szója4-6	T Herba tea citromlé nélkül	224,89	53,80	0,00	0,00	0,00	13,39	13,39	0,00	
			Pulykamell sonkás	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43	
			Liga margarinnal	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	
			Salátalevéllal	2,16	0,52	0,05	0,01	0,00	0,07	0,00	0,00	
			E Vegyes gyümölcsleves	224,28	44,96	0,21	0,18	0,01	12,56	7,50	0,06	
			Budapest ragu	608,28	145,40	11,81	7,87	1,70	6,66	0,00	0,84	
			Párolt rizszel	1 318,00	315,31	5,36	9,42	1,09	51,90	0,00	0,37	
			U Vaníliás puding rizstejjel	117,40	28,09	0,03	0,30	0,04	6,19	3,00	0,00	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01	
			Összesen:	5 934,26	1 410,88	33,98	52,31	12,14	192,30	25,09	3,48	

Heti étlap 2025.11.10. - 2025.11.14.

 Tízórai	(06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Herba tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1], Alma			Herba tea édesítőszerrel[15], Bécsi felvágottas , Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1], Alma			Herba tea édesítőszerrel[15], Baracklekváros(12), Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1], Alma			Herba tea édesítőszerrel[15], Natúr sajtkrém[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Alma			Herba tea édesítőszerrel[15], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1], Salátalevéllal, Alma		
		Energia: 278.14 Kcal / 1,162.63 KJ			Energia: 367.85 Kcal / 1,537.61 KJ			Energia: 238.75 Kcal / 997.98 KJ			Energia: 258.16 Kcal / 1,079.11 KJ			Energia: 399.07 Kcal / 1,668.11 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		9.48 g	15.99 g	4.19 g	8.16 g	27.19 g	8.40 g	1.73 g	14.73 g	3.81 g	4.84 g	16.27 g	9.18 g	13.77 g	24.69 g	6.82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
22.66 g	0.04 g	1.10 g	21.10 g	0.04 g	1.93 g	23.40 g	7.46 g	0.23 g	21.70 g	0.04 g	0.52 g	21.81 g	0.34 g	0.60 g		
1,15			1,15			1,15,(12)			1,7,15			1,3,15				

Ebéd	(06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	Kerti zöldségleves[9], Paradicsomos húsoskáposzta[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez			Legényfogó leves, Rizsfelfűjt[3,7,15], Meggyraguval, Alma			Daragaluska leves[1,3,9], Rántott csirkemell, Zöldborsófőzelékkel[1,15] , Diétás pékáruval BL, ebédhez			Karlábéleves, Hortobágyi rakott tészta[1,3,7]			Vegyes gyümölcsleves[15], Budapest ragu, Párolt barna rizzsel		
		Energia: 443.26 Kcal / 1,852.83 KJ			Energia: 266.02 Kcal / 1,111.96 KJ			Energia: 277.72 Kcal / 1,160.87 KJ			Energia: 334.03 Kcal / 1,396.25 KJ			Energia: 329.89 Kcal / 1,378.94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		14.24 g	21.59 g	5.36 g	12.98 g	7.16 g	1.94 g	13.93 g	7.33 g	0.83 g	13.75 g	16.31 g	4.42 g	14.10 g	12.51 g	2.25 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		46.76 g	8.70 g	0.64 g	36.59 g	3.00 g	0.83 g	38.33 g	0.90 g	0.57 g	32.08 g	0.03 g	1.06 g	38.94 g	0.00 g	1.00 g
1,9			3,7,15			1,3,9,15			1,3,7			15				

Uzsonna	(06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	Mátrai diákcsemegés, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1]			Magyaros vajkrém[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Paprikával			Kenőmájassal, Diétás pékáru BL DIAB [1], Póréhagymakarikával			Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1], Kígyóuborkával			Vaníliás puding diabRIZSTEJ[15], Diétás pékáru BL DIAB [1]		
		Energia: 201.17 Kcal / 840.89 KJ			Energia: 186.77 Kcal / 780.70 KJ			Energia: 158.40 Kcal / 662.11 KJ			Energia: 292.33 Kcal / 1,221.94 KJ			Energia: 36.46 Kcal / 152.40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		7.42 g	16.59 g	4.67 g	2.56 g	16.27 g	7.74 g	6.30 g	11.06 g	4.41 g	6.99 g	26.50 g	8.73 g	1.04 g	0.28 g	0.03 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		5.30 g	0.00 g	1.19 g	7.31 g	0.00 g	0.02 g	17.68 g	0.20 g	0.71 g	6.13 g	0.19 g	1.90 g	7.36 g	0.60 g	0.01 g
1			1,7			1			1			1,15				

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-tejtermé	10-mustár	13-csillagfűrt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szul	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Danubia Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Családi adószám: 17783408-5-1-1
Adószám: 26215833-4-13
Élelmiszevezető

Tételes étlap 2025.11.10. - 2025.11.16.												
	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/10/2025	bárák (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	15	
			Álom sonkás	184,80	44,21	6,80	1,12	0,37	1,68	0,00	0,85	
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Diétás pékáru BL DIAB	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
			E Kerti zöldségleves	203,40	48,66	1,98	2,11	0,23	5,09	0,00	0,33	9
			Paradicsomos húsoskáposzta	1 303,58	311,86	11,78	19,36	5,12	22,06	7,50	0,29	1
			Diétás pékáruval BL, ebédhez	345,84	82,74	0,48	0,12	0,01	19,61	1,20	0,02	
			U Mátrai diákcsemegés	200,84	48,05	6,36	2,46	0,86	0,06	0,00	0,98	
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Diétás pékáru BL DIAB	108,83	26,03	1,02	0,13	0,01	5,16	0,00	0,01	1
			Összesen:	3 856,33	922,57	31,14	54,17	14,22	74,72	8,74	2,93	
11/11/2025	borda (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	15	
			Bécsi felvágottas	559,78	133,92	5,48	12,32	4,58	0,12	0,00	1,68	
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Diétás pékáru BL DIAB	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
			E Legényfogyó leves	303,51	71,88	6,09	3,16	0,76	4,86	0,00	0,49	
			Rizsfelfújt	493,59	118,08	6,18	3,33	1,18	15,71	0,00	0,17	3,7,15
			Meggyraguval	99,83	23,88	0,11	0,07	0,00	5,52	3,00	0,15	
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
			U Magyaros vajkrém	635,04	151,92	1,00	16,00	7,73	0,80	0,00	0,01	7
			Diétás pékáru BL DIAB	108,83	26,03	1,02	0,13	0,01	5,16	0,00	0,01	1
			Paprikával	36,86	8,82	0,54	0,14	0,00	1,35	0,00	0,00	
			Összesen:	3 433,38	820,64	23,70	50,62	18,08	65,00	3,04	2,78	
11/12/2025	szarvas (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	15	
			Barackleváros	128,97	30,86	0,07	0,00	0,00	7,58	7,42	0,00	(12)
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Diétás pékáru BL DIAB	108,83	26,03	1,02	0,13	0,01	5,16	0,00	0,01	1
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
			E Daragluska leves	191,80	45,88	1,87	0,62	0,13	8,06	0,00	0,10	1,3,9
			Rántott csirkemell	381,12	91,18	7,98	3,60	0,36	6,67	0,00	0,39	
			Zöldborsófőzelékkel	328,58	78,61	3,72	3,02	0,33	8,89	0,00	0,07	1,15
			Diétás pékáruval BL, ebédhez	259,38	62,05	0,36	0,09	0,01	14,71	0,90	0,01	
			U Kenőmájással	491,60	117,61	4,40	10,80	4,40	10,00	0,20	0,68	
			Diétás pékáru BL DIAB	108,83	26,04	1,02	0,14	0,01	5,16	0,00	0,02	1
			Póréhagymakarikával	61,66	14,75	0,88	0,12	0,00	2,52	0,00	0,01	
			Összesen:	2 820,93	674,87	21,96	33,12	9,05	79,41	8,56	1,51	
11/13/2025	csikó (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	15	
			Natúr sajtkrém	632,52	151,32	2,20	15,40	9,16	0,80	0,00	0,47	7
			Diétás pékáru BL DIAB	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
			E Karalábéleves	128,78	30,51	1,27	0,19	0,03	6,00	0,03	0,56	
			Hortobágyi rakott tészta	1 268,71	303,52	12,48	16,12	4,39	26,08	0,00	0,50	1,3,7
			U Olasz felvágottas	559,78	133,92	5,48	12,32	4,58	0,12	0,00	1,68	
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Diétás pékáru BL DIAB	108,83	26,03	1,02	0,13	0,01	5,16	0,00	0,01	1
			Kígyóborkával	22,11	5,29	0,45	0,05	0,34	0,77	0,19	0,01	
			Összesen:	3 698,55	884,52	25,58	59,08	22,33	59,91	0,26	3,48	
11/14/2025	náncs (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	15	
			Főtt tojáskarikával	685,98	164,11	11,00	9,80	3,00	0,70	0,30	0,35	3
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Diétás pékáru BL DIAB	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1
			Salátalevéllel	4,32	1,03	0,09	0,02	0,00	0,13	0,00	0,00	
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
			E Vegyes gyümölcsleves	250,61	59,95	0,68	0,26	0,03	12,77	0,00	0,12	15
			Budapest ragu	608,28	145,40	11,81	7,87	1,70	6,66	0,00	0,84	
			Párolt barna rizszel	520,55	124,54	1,61	4,38	0,52	19,51	0,00	0,04	
			U Vaníliás puding diabRIZSTEJ	43,60	10,43	0,02	0,15	0,02	2,20	0,60	0,00	15
			Diétás pékáru BL DIAB	108,83	26,03	1,02	0,13	0,01	5,16	0,00	0,01	1
			Összesen:	3 199,99	765,42	28,91	37,48	9,10	68,11	0,94	1,61	

Heti étlap 2025.11.10. - 2025.11.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(06362) Diab. 20-20-15 g CH	Herba tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB[1]			Herba tea édesítőszerrel[15], Bécsi felvágottas , Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1]			Herba tea édesítőszerrel[15], Baracklekváros(12), Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1]			Herba tea édesítőszerrel[15], Natúr sajtkrém[7], Diétás pékáru BL DIAB[1]			Herba tea édesítőszerrel[15], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1], Salátalevéllal		
		Energia: 275.66 Kcal / 1,152.26 KJ			Energia: 379.58 Kcal / 1,586.64 KJ			Energia: 235.75 Kcal / 985.44 KJ			Energia: 255.68 Kcal / 1,068.74 KJ			Energia: 410.80 Kcal / 1,717.14 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		10.82 g	15.64 g	4.20 g	10.06 g	26.92 g	8.42 g	2.20 g	14.28 g	3.82 g	6.18 g	15.92 g	9.19 g	15.67 g	24.42 g	6.84 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		22.00 g	0.04 g	1.11 g	23.25 g	0.04 g	1.95 g	23.75 g	13.02 g	0.23 g	21.04 g	0.04 g	0.53 g	23.96 g	0.34 g	0.62 g
1,15			1,15			1,15,(12)			1,7,15			1,3,15				
Ebéd	(06362) Diab. 20-20-15 g CH	Kerti zöldségleves[9], Paradicsomos húsoskáposzta[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez			Legényfogó leves, Rizsfelfűjt[3,7,15], Meggyraguval, Alma			Daragaluska leves[1,3,9], Rántott csirkemell, Zöldborsófőzelékkel[1,15] , Diétás pékáruval BL, ebédhez			Karlábéleves, Hortobágyi rakott tészta[1,3,7]			Vegyes gyümölcsleves[15], Budapest ragu, Párolt barna rizzsel		
		Energia: 305.46 Kcal / 1,276.82 KJ			Energia: 178.67 Kcal / 746.84 KJ			Energia: 177.51 Kcal / 741.99 KJ			Energia: 214.10 Kcal / 894.94 KJ			Energia: 198.63 Kcal / 830.27 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		10.25 g	16.17 g	4.18 g	9.92 g	5.32 g	1.55 g	8.97 g	4.79 g	0.53 g	8.82 g	10.22 g	2.77 g	8.49 g	8.09 g	1.42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		28.98 g	6.60 g	0.34 g	22.51 g	2.00 g	0.61 g	24.21 g	0.60 g	0.37 g	21.10 g	0.02 g	0.76 g	22.45 g	0.00 g	0.57 g
1,9			3,7,15			1,3,9,15			1,3,7			15				
Uzsonna	(06362) Diab. 20-20-15 g CH	Mátrai diákcsemegés, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB[1]			Magyaros vajkrém[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Paprikával			Kenőmájassal, Diétás pékáru BL DIAB[1], Póréhagymakarikával			Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB[1], Kígyóborkával			Vaníliás puding diabRIZSTEJ[15], Diétás pékáru BL DIAB [1]		
		Energia: 250.88 Kcal / 1,048.68 KJ			Energia: 236.48 Kcal / 988.49 KJ			Energia: 142.52 Kcal / 595.73 KJ			Energia: 342.04 Kcal / 1,429.73 KJ			Energia: 72.93 Kcal / 304.85 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		9.36 g	16.85 g	4.68 g	4.50 g	16.53 g	7.75 g	5.73 g	7.91 g	3.09 g	8.93 g	26.76 g	8.74 g	2.07 g	0.57 g	0.06 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		15.14 g	0.00 g	1.22 g	17.15 g	0.00 g	0.05 g	18.52 g	0.14 g	0.51 g	15.97 g	0.19 g	1.93 g	14.71 g	1.20 g	0.03 g
1			1,7			1			1			1,15				

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-tejtermé	10-mustár	13-csillagfűrt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szul	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Danubia Kft.
2730 Albertirózsa, Pesti út 65.
Családok adószám: 17783408-5-1-1-
Adószám: 26215833-4-13
Élelmiszevezető

Tételes étlap 2025.11.10. - 2025.11.16.												
	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/10/2025	Hétfő (06362)	Diab. 20-20-15 g CH										
			T Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	15	
			Álom sonkás	184,80	44,21	6,80	1,12	0,37	1,68	0,00	0,85	
			Liga margarinnal	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
			E Kerti zöldségleves	61,02	14,60	0,59	0,63	0,07	1,53	0,00	0,10	9
			Paradicsomos húsoskáposzta	1 042,86	249,49	9,42	15,48	4,10	17,65	6,00	0,23	1
			Diétás pékáruval BL, ebédhez	172,92	41,37	0,24	0,06	0,01	9,80	0,60	0,01	
			U Mátrai diákcsemegés	200,84	48,05	6,36	2,46	0,86	0,06	0,00	0,98	
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
11/11/2025	Kedd (06362)	Diab. 20-20-15 g CH										
			Diétás pékáru BL DIAB	316,59	75,74	2,96	0,39	0,02	15,00	0,00	0,04	1
			Összesen:	3 477,71	832,00	30,43	48,66	13,06	66,12	6,64	2,67	
			T Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	15	
			Bécsi felvágottas	559,78	133,92	5,48	12,32	4,58	0,12	0,00	1,68	
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Diétás pékáru BL DIAB	484,78	115,98	4,54	0,60	0,04	22,97	0,00	0,07	1
			E Legényfogyó leves	227,63	53,91	4,57	2,37	0,57	3,64	0,00	0,37	
			Rizsfelfűjt	411,33	98,40	5,15	2,78	0,98	13,09	0,00	0,14	3,7,15
			Meggyraguval	66,55	15,92	0,08	0,05	0,00	3,68	2,00	0,10	
11/12/2025	Szerda (06362)	Diab. 20-20-15 g CH										
			Alma	43,62	10,44	0,12	0,12	0,00	2,10	0,00	0,00	
			U Magyaros vajkrém	635,04	151,92	1,00	16,00	7,73	0,80	0,00	0,01	7
			Diétás pékáru BL DIAB	316,59	75,74	2,96	0,39	0,02	15,00	0,00	0,04	1
			Paprikával	36,86	8,82	0,54	0,14	0,00	1,35	0,00	0,00	
			Összesen:	3 324,22	794,73	24,48	48,77	17,72	62,91	2,04	2,61	
			T Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	15	
			Barackleváros	225,70	54,00	0,12	0,01	0,00	13,27	12,98	0,00	(12)
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Diétás pékáru BL DIAB	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1
11/13/2025	Csütörtök (06362)	Diab. 20-20-15 g CH										
			E Daragaluska leves	95,90	22,94	0,93	0,31	0,06	4,03	0,00	0,05	1,3,9
			Rántott csirkemell	254,08	60,79	5,32	2,40	0,24	4,45	0,00	0,26	
			Zöldborsófőzelékkel	219,06	52,41	2,48	2,02	0,22	5,93	0,00	0,05	1,15
			Diétás pékáruval BL, ebédhez	172,92	41,37	0,24	0,06	0,01	9,80	0,60	0,01	
			U Kenőmájassal	344,12	82,33	3,08	7,56	3,08	7,00	0,14	0,48	
			Diétás pékáru BL DIAB	189,95	45,44	1,77	0,23	0,01	9,00	0,00	0,02	1
			Póréhagymakarikával	61,66	14,75	0,88	0,12	0,00	2,52	0,00	0,01	
			Összesen:	2 323,09	555,78	16,90	26,98	7,44	66,48	13,76	1,11	
			T Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	15	
11/14/2025	Péntek (06362)	Diab. 20-20-15 g CH										
			Natúr sajtkrém	632,52	151,32	2,20	15,40	9,16	0,80	0,00	0,47	7
			Diétás pékáru BL DIAB	425,42	101,77	3,98	0,52	0,03	20,16	0,00	0,06	1
			E Karalábéleves	103,02	24,40	1,02	0,15	0,02	4,80	0,02	0,44	
			Hortobágyi rakott tészta	792,94	189,70	7,80	10,07	2,75	16,30	0,00	0,32	1,3,7
			U Olasz felvágottas	559,78	133,92	5,48	12,32	4,58	0,12	0,00	1,68	
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Diétás pékáru BL DIAB	316,59	75,74	2,96	0,39	0,02	15,00	0,00	0,04	1
			Kígyóborkával	22,11	5,29	0,45	0,05	0,34	0,77	0,19	0,01	
			Összesen:	3 394,42	811,82	23,93	52,90	20,70	58,11	0,25	3,22	
11/14/2025	Szombat (06362)	Diab. 20-20-15 g CH										
			T Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	15	
			Főtt tojáskarikával	685,98	164,11	11,00	9,80	3,00	0,70	0,30	0,35	3
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Diétás pékáru BL DIAB	484,78	115,98	4,54	0,60	0,04	22,97	0,00	0,07	1
			Salátalevéllal	4,32	1,03	0,09	0,02	0,00	0,13	0,00	0,00	
			E Vegyes gyümölcsleves	75,18	17,99	0,20	0,08	0,01	3,83	0,00	0,04	15
			Budapest ragu	364,97	87,24	7,08	4,72	1,02	3,99	0,00	0,50	
			Párolt barna rizzsel	390,41	93,40	1,21	3,29	0,39	14,63	0,00	0,03	
			U Vaníliás puding diabRIZSTEJ	87,19	20,86	0,03	0,30	0,04	4,39	1,20	0,00	15
11/14/2025	Vasárnap (06362)	Diab. 20-20-15 g CH										
			Diétás pékáru BL DIAB	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1
			Összesen:	2 852,53	682,36	26,23	33,08	8,32	61,12	1,54	1,22	

Heti étlap 2025.11.10 - 2025.11.14.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	Herba tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB[1], Alma	Herba tea édesítőszerrel[15], Bécsi felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1], Alma	Herba tea édesítőszerrel[15], Barackleváros(12), Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB[1], Alma	Herba tea édesítőszerrel[15], Natúr sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Alma	Herba tea édesítőszerrel[15], Főtt tojáskarikával[3], Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB[1], Salátalevéllal, Alma
		Energia: 368.08 Kcal / 1,538.57 KJ	Energia: 362.64 Kcal / 1,515.84 KJ	Energia: 258.61 Kcal / 1,080.99 KJ	Energia: 351.64 Kcal / 1,469.86 KJ	Energia: 489.00 Kcal / 2,044.02 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		13.00 g 16.45 g 4.22 g	7.96 g 27.16 g 8.40 g	5.41 g 7.97 g 1.94 g	8.49 g 16.74 g 9.20 g	17.29 g 25.14 g 6.84 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		40.48 g 0.04 g 1.16 g	20.07 g 0.04 g 1.93 g	40.17 g 9.31 g 0.19 g	40.21 g 0.04 g 0.58 g	39.62 g 0.34 g 0.65 g
		1,15	1,15	1,15,(12)	1,7,15	1,3,15
Ebéd	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	Kerti zöldségleves[9], Paradicsomos húsoskáposzta[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Legényfogó leves, Rizsfelfújt[3,7,15], Meggyraguval, Alma	Daragaluska leves[1,3,9], Rántott csirkemell, Zöldborsófőzelékkel[1,15], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Karalábéleves, Hortobágyi rakott tészta[1,3,7]	Vegyes gyümölcsleves[15], Budapesti ragu, Párolt barna rizszel
		Energia: 468.22 Kcal / 1,957.16 KJ	Energia: 236.28 Kcal / 987.65 KJ	Energia: 289.86 Kcal / 1,211.61 KJ	Energia: 302.19 Kcal / 1,263.15 KJ	Energia: 342.87 Kcal / 1,433.20 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		18.66 g 29.59 g 7.55 g	13.27 g 7.11 g 1.72 g	19.95 g 9.71 g 1.05 g	12.44 g 14.33 g 3.88 g	20.23 g 14.98 g 3.00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		30.67 g 1.02 g 0.67 g	29.25 g 5.01 g 1.17 g	30.22 g 0.30 g 0.92 g	30.02 g 0.03 g 1.11 g	30.63 g 0.00 g 1.46 g
		1,9	3,7,15	1,3,9,15	1,3,7	15
Uzsonna	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	Mátrai diákcsemegés, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1], Körte	Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB[1], Paprikával, Körte	Kenőmájassal, Diétás pékáru BL DIAB [1], Póréhagymakarikával, Körte	Olasz felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB[1], Kígyóborkával, Körte	Vaníliás puding diabRIZSTEJ[15], Diétás pékáru BL DIAB[1], Körte
		Energia: 246.13 Kcal / 1,028.82 KJ	Energia: 223.20 Kcal / 932.98 KJ	Energia: 94.99 Kcal / 397.06 KJ	Energia: 284.12 Kcal / 1,187.62 KJ	Energia: 73.07 Kcal / 305.43 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		7.92 g 16.85 g 4.67 g	2.72 g 16.47 g 7.73 g	2.70 g 3.62 g 1.32 g	6.34 g 21.47 g 7.04 g	1.28 g 0.46 g 0.01 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		15.33 g 0.00 g 1.21 g	15.65 g 0.00 g 0.02 g	15.55 g 0.06 g 0.22 g	15.92 g 0.19 g 1.52 g	15.70 g 0.48 g 0.01 g
		1	1,7	1	1	1,15

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-tejterm | 10-mustár | 13-csillagfűrt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélé | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulf | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

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

Tételes étlap 2025.11.10. - 2025.11.16.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
11/10/2025	Laktóz (06381)	Diab. (25-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	T	Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15	
				Álom sonkás	184,80	44,21	6,80	1,12	0,37	1,68	0,00	0,85		
				Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
				Diétás pékáru BL DIAB	593,61	142,01	5,56	0,73	0,05	28,14	0,00	0,09	1	
				Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
			E	Kerti zöldségleves	162,72	38,93	1,58	1,69	0,18	4,07	0,00	0,26	9	
				Paradicsomos húsoskáposzta	1 707,97	408,61	16,96	27,87	7,37	21,70	0,72	0,41	1	
				Diétás pékáruval BL, ebédhez	86,46	20,68	0,12	0,03	0,00	4,90	0,30	0,00		
			U	Mátrai diákcsemegés	200,84	48,05	6,36	2,46	0,86	0,06	0,00	0,98		
				Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
				Diétás pékáru BL DIAB	130,60	31,24	1,22	0,16	0,01	6,19	0,00	0,02	1	
				Körte	166,14	39,75	0,30	0,23	0,00	9,00	0,00	0,01		
				Összesen:	4 524,52	1 082,43	39,58	62,89	16,44	86,48	1,06	3,04		
11/11/2025	Laktóz (06381)	Diab. (25-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	T	Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15	
				Bécsi felvágottas	559,78	133,92	5,48	12,32	4,58	0,12	0,00	1,68		
				Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
				Diétás pékáru BL DIAB	195,89	46,86	1,84	0,24	0,02	9,29	0,00	0,03	1	
				Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
			E	Legényfogyó leves	531,15	125,80	10,66	5,52	1,32	8,50	0,01	0,85		
				Rizsfelfújt	164,53	39,36	2,06	1,11	0,39	5,24	0,00	0,06	3,7,15	
				Meggyraguval	166,38	39,81	0,19	0,12	0,01	9,21	5,00	0,25		
				Alma	130,87	31,31	0,36	0,36	0,00	6,30	0,00	0,01		
			U	Magyaros vajkrémes	635,04	151,92	1,00	16,00	7,73	0,80	0,00	0,01	7	
				Diétás pékáru BL DIAB	94,97	22,72	0,88	0,11	0,00	4,50	0,00	0,01	1	
				Paprikával	36,86	8,82	0,54	0,14	0,00	1,35	0,00	0,00		
				Körte	166,13	39,74	0,30	0,22	0,00	9,00	0,00	0,00		
	Összesen:	3 441,76	822,12	23,95	50,74	17,85	64,97	5,05	3,12					
11/12/2025	Laktóz (06381)	Diab. (25-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	T	Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15	
				Baracklekváros	161,22	38,57	0,09	0,01	0,00	9,48	9,27	0,00	(12)	
				Liga margarinnal	265,61	63,55	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
				Diétás pékáru BL DIAB	534,25	127,81	5,00	0,66	0,04	25,32	0,00	0,08	1	
				Alma	109,06	26,09	0,30	0,30	0,00	5,25	0,00	0,01		
			E	Daragaluska leves	143,85	34,41	1,40	0,46	0,10	6,05	0,00	0,08	1,3,9	
				Rántott csirkemell	762,25	182,36	15,95	7,20	0,73	13,34	0,00	0,79		
				Zöldborsófőzelékkel	219,06	52,41	2,48	2,02	0,22	5,93	0,00	0,05	1,15	
				Diétás pékáruval BL, ebédhez	86,46	20,68	0,12	0,03	0,00	4,90	0,30	0,00		
			U	Kenőmájassal	147,48	35,28	1,32	3,24	1,32	3,00	0,06	0,20		
				Diétás pékáru BL DIAB	21,77	5,21	0,20	0,03	0,00	1,03	0,00	0,00	1	
				Póréhagymakarikával	61,66	14,75	0,88	0,12	0,00	2,52	0,00	0,01		
				Körte	166,14	39,75	0,30	0,23	0,00	9,00	0,00	0,01		
	Összesen:	2 689,63	643,46	28,06	21,30	4,31	85,94	9,67	1,33					
11/13/2025	Laktóz (06381)	Diab. (25-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	T	Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,00	15	
				Natúr sajtkrémes	632,52	151,32	2,20	15,40	9,16	0,80	0,00	0,47	7	
				Diétás pékáru BL DIAB	608,44	145,55	5,69	0,74	0,04	28,83	0,00	0,09	1	
				Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
			E	Karalábéleves	154,53	36,61	1,52	0,23	0,04	7,20	0,03	0,67		
				Hortobágyi rakott tészta	1 110,12	265,58	10,92	14,10	3,84	22,82	0,00	0,44	1,3,7	
			U	Olasz felvágottas	447,82	107,13	4,38	9,85	3,66	0,09	0,00	1,34		
				Liga margarinnal	424,97	101,67	0,03	11,20	3,04	0,06	0,00	0,16		
				Diétás pékáru BL DIAB	126,63	30,29	1,18	0,15	0,00	6,00	0,00	0,01	1	
				Kígyóborkával	22,11	5,29	0,45	0,05	0,34	0,77	0,19	0,01		
				Körte	166,13	39,74	0,30	0,22	0,00	9,00	0,00	0,00		
				Összesen:	3 922,21	937,95	27,27	52,54	20,12	86,15	0,26	3,21		
			11/14/2025	Laktóz (06381)	Diab. (25-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	T	Herba tea édesítőszerrel	10,82	2,59	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04
	Főtt tojáskarikával	685,98				164,11	11,00	9,80	3,00	0,70	0,30	0,35	3	
	Liga margarinnal	531,22				127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Diétás pékáru BL DIAB	593,60				142,00	5,56	0,72	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
	Salátalevéllal	4,32				1,03	0,09	0,02	0,00	0,13	0,00	0,00		
	Alma	218,12				52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
E	Vegyes gyümölcsleves	200,49				47,96	0,54	0,21	0,02	10,22	0,00	0,10	15	
	Budapest ragu	973,25				232,64	18,89	12,58	2,72	10,65	0,00	1,34		
	Párolt barna rizzsel	260,28				62,27	0,80	2,19	0,26	9,76	0,00	0,02		
U	Vaníliás puding diabRIZSTEJ	34,87				8,34	0,01	0,12	0,01	1,75	0,48	0,00	15	
	Diétás pékáru BL DIAB	104,47				24,99	0,97	0,12	0,00	4,95	0,00	0,01	1	
	Körte	166,13				39,74	0,30	0,22	0,00	9,00	0,00	0,00		
	Összesen:	3 783,55				904,94	38,80	40,58	9,85	85,95	0,82	2,12		