

Heti étlap 2025.11.24 - 2025.11.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Csipkebogyó tea, Növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Póréhagymakarikával	Rizstej, Mézes, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Körte	Csipkebogyó tea, Növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Csipkebogyó tea, Sült húskrém, Diétás pékáru BL[1]	Rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 84.12 Kcal / 351.62 KJ	Energia: 324.62 Kcal / 1,356.91 KJ	Energia: 76.74 Kcal / 320.77 KJ	Energia: 140.18 Kcal / 585.95 KJ	Energia: 211.76 Kcal / 885.16 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír
		0.69 g4.86 g4.20 g	0.77 g16.37 g4.03 g	0.25 g4.80 g4.20 g	1.47 g11.71 g3.34 g	0.13 g15.92 g4.03 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Karfiollevés[1], Borsos tokány (1), Párolt rizszel	Zöldbaleves[1], Paprikás burgonya kolbással(6), Vegyes vágottal[15,(10,12)], Mandarin	Vajgaluskaleves , Fasírt[1,3], Tökfőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Tejmentesen lencsegulyás [10,(12)], Grízes tészta[1,3], Baracklekváros(12), Porcukorral	Paradisomleves[9,15], Betűtészta[1,3], Rántott sertésszelet[1,3], Tört burgonyával, Tartármártással[10,(12)]
		Energia: 520.64 Kcal / 2,176.28 KJ	Energia: 361.70 Kcal / 1,511.91 KJ	Energia: 631.85 Kcal / 2,641.13 KJ	Energia: 569.67 Kcal / 2,381.22 KJ	Energia: 1,178.86 Kcal / 4,927.63 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír
		15.81 g24.46 g5.72 g	12.76 g19.40 g5.33 g	20.76 g32.87 g8.79 g	23.24 g8.50 g1.60 g	32.33 g81.37 g12.11 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Soproni felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	növényi sajtos pogácsa-TündérManna	Csirkemellsonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel	Violife növényi sajt szelettel, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kígyóborkával	Mátrai diákcsemegés, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával
		Energia: 194.74 Kcal / 814.01 KJ	Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ	Energia: 152.72 Kcal / 638.37 KJ	Energia: 138.68 Kcal / 579.68 KJ	Energia: 175.72 Kcal / 734.51 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír
		2.81 g20.16 g6.09 g	0.70 g17.10 g9.30 g	3.69 g14.58 g4.00 g	0.27 g14.71 g3.95 g	2.62 g17.85 g5.16 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó

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-szulfid

13-csillagfűrt

14-puhatestűek

15-14 természetes édesítőszer

16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Danubia Kft.

2730 Albertfalva, Pesti út 65.

Csoportos adószám: 17783408-5-10

Adószám: 262-15833-4-13

Élelmészvezető



Tételek átlaga 2025.11.24. - 2025.11.30.												
Dátum	Étkezési tétel	Almaél (kg)	Almaél (kg)	Almaél (kg)	Almaél (kg)	Almaél (kg)	Almaél (kg)	Almaél (kg)	Almaél (kg)	Almaél (kg)	Almaél (kg)	Almaél (kg)
11/24/2025	R	Almaél 100%	491,26	117,52	0,14	0,00	0,00	28,14	0,00	0,01		
		Mátrai diákcsomag	181,95	43,53	2,28	3,78	1,36	0,05	0,00	0,48		
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		T Csipkebogyó tea	113,90	27,25	0,00	0,00	0,00	6,71	6,70	0,00		
		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	
		Pörtyögőmákos	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,01		
		Karfiol	179,88	42,43	1,42	1,65	0,21	5,61	0,02	0,54	1	
		Borsos tokány	680,90	162,90	9,03	13,39	4,42	1,38	0,00	0,46	(1)	
		Párolt rizs	1318,00	315,31	5,36	9,42	1,09	51,90	0,00	0,37		
		U Soproni felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		V Asványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
11/25/2025	R	Mátrai mákos	1003,45	240,06	14,70	7,67	1,27	27,79	2,50	2,41	1,3	
		Növényi sajt szendvics	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00		
		P Paprika saláta	206,56	49,42	1,96	4,58	1,61	0,03	0,00	0,40		
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Kigyojok	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01		
		Összesen:	6341,29	1516,49	38,73	94,22	28,00	126,01	9,31	6,45		
	T	Asványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		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	
		Rizs	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00		
		Mézes	139,49	33,37	0,04	0,00	0,00	8,26	8,26	0,00		
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01		
		E Zöldbab	183,70	43,95	1,16	2,03	0,27	5,20	0,01	1,03	1	
		Paprika burgonya kóliszal	108,03	26,20	10,46	16,99	5,08	16,44	0,00	1,64	(6)	
		Vegyes vágott	33,26	7,96	0,44	0,08	0,00	1,36	0,00	0,36	15,(10),(12)	
		Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
		U növényi sajtos pogácsa-TündérManna	1242,00	297,13	0,70	17,10	9,30	34,20	1,50	1,40		
		Almaél 100%	491,26	117,52	0,14	0,00	0,00	28,14	0,00	0,01		
		Vanília joghurt	1205,07	288,30	2,97	1,52	0,22	64,87	21,83	0,57		
11/26/2025	R	Gyümölcsmákkal	352,15	73,03	1,14	0,53	0,05	18,10	6,96	0,05	1	
		Zala felvágott	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40		
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Paprika	18,43	4,41	0,27	0,07	0,00	0,68	0,00	0,00		
		Összesen:	7088,98	1684,74	21,80	76,98	28,10	223,05	46,39	6,19		
	T	Almaél 100%	491,26	117,52	0,14	0,00	0,00	28,14	0,00	0,01		
		Házi szilves gyümölcskeverék	137,89	32,94	0,35	0,01	0,01	7,52	1,00	0,00		
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
		T Csipkebogyó tea	113,90	27,25	0,00	0,00	0,00	6,71	6,70	0,00		
		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 Vajgaluskák	208,63	49,90	1,46	2,54	0,68	5,22	0,00	1,08		
		Fasirt	148,60	35,45	16,34	24,06	7,37	16,14	0,00	1,02	1,3	
		Tökfőzelék	514,46	123,08	2,36	6,12	0,72	14,37	0,50	0,01		
		Dietés pékáru BL	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02		
		U Csirkemell	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43		
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Jegespecet	11,80	2,83	0,22	0,02	0,01	0,53	0,13	0,01		
		V Asványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
11/27/2025	R	Sertéspaprika	681,92	163,14	11,23	11,14	2,25	4,28	0,00	0,16	1	
		Szavacska lecsóval	1280,89	306,43	12,24	6,27	0,96	49,89	0,00	0,56	1,3	
		P Fűszert	122,56	29,32	1,55	2,54	0,96	0,03	0,00	0,28		
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Lilagyümöl	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,01		
		Összesen:	6884,57	1647,05	50,55	86,23	24,97	161,90	9,83	4,34		
	T	Almaél 100%	491,26	117,52	0,14	0,00	0,00	28,14	0,00	0,01		
		Bécsi felvágott	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		T Csipkebogyó tea	113,90	27,25	0,00	0,00	0,00	6,71	6,70	0,00		
		Sült húskeverék	468,14	112,24	1,44	11,71	3,34	0,13	0,00	0,25		
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
		E Tejmentes lecsó	520,54	124,53	11,83	2,91	0,87	12,58	0,00	0,18	10,(12)	
		Gríz	1583,22	378,76	11,35	5,59	0,73	70,32	7,19	0,36	1,3	
		Baracklevél	109,63	26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	6,30	0,00	12)	
		Porkucorral	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00		
		U Vörösvirág	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00		
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Kigyojok	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01		
V Almaél 100%	491,26	117,52	0,14	0,00	0,00	28,14	0,00	0,01				
11/28/2025	R	Sonkás kenyérlángos	1295,06	309,82	11,38	5,96	1,14	52,41	0,50	1,47	1	
		P Majoránna kenyérlángossal	248,79	59,52	2,23	5,42	2,20	5,12	0,10	0,34		
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
		Összesen:	6398,71	1530,82	41,57	66,46	18,32	193,60	30,87	3,86		
	T	Almaél 100%	491,26	117,52	0,14	0,00	0,00	28,14	0,00	0,01		
		Zöldbab	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32		
		T Rizs	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00		
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		E Paradicsom	322,05	77,05	1,70	3,56	0,43	9,46	0,00	0,87	9,15	
		Betöltés	98,32	23,52	1,02	0,30	0,05	4,16	0,00	0,04	1,3	
		Rántott sertéssaláta	3361,59	804,21	25,42	64,41	9,34	29,61	0,01	1,29	1,3	
		Tort	1062,60	261,46	4,15	12,05	2,17	33,15	0,00	0,45		
		Tartalmak	52,77	12,62	0,04	1,05	0,12	0,75	0,52	0,09	10,(12)	
		U Mátrai diákcsomag	181,95	43,53	2,28	3,78	1,38	0,05	0,00	0,48		
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Paprika	18,43	4,41	0,27	0,07	0,00	0,68	0,00	0,00		
		V Asványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
11/29/2025	R	Sült debreceni	721,79	172,68	9,78	14,67	5,29	0,18	0,00	1,58	(6)	
		Féjlesztés	996,24	238,81	11,24	6,37	0,77	33,86	0,00	0,94	1	
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		P Paradicsom	1									

Heti étlap 2025.11.24. - 2025.11.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(05392) Tej, alma-, padlizsán,majonéz M 4-6	Csipkebogyó tea, Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL[1], Póréhagymakarikával	Rizstej, Mézes, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Körte	Csipkebogyó tea, Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL[1]	Csipkebogyó tea, Sült húskrém, Diétás pékáru BL[1]	Rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 84.12 Kcal / 351.62 Kj	Energia: 324.62 Kcal / 1,356.91 Kj	Energia: 76.74 Kcal / 320.77 Kj	Energia: 140.18 Kcal / 585.95 Kj	Energia: 211.76 Kcal / 885.16 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.69 g4.86 g4.20 g	0.77 g16.37 g4.03 g	0.25 g4.80 g4.20 g	1.47 g11.71 g3.34 g	0.13 g15.92 g4.03 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		9.42 g6.70 g0.33 g	42.35 g16.29 g0.21 g	8.16 g6.70 g0.32 g	6.99 g6.70 g0.25 g	16.09 g8.03 g0.20 g
Ebéd	(05392) Tej, alma-, padlizsán,majonéz M 4-6	Karfiollevés[1], Borsos tokány (1), Párolt rizsszel	Zöldbableves[1], Paprikás burgonya kolbásszal(6), Vegyes vágottal[15,(10,12)], Mandarin	Vajgaluskaleves , Fasírt[1,3], Tökfőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Tejmentesen lencsegulyás [10,(12)], Grízes tészta[1,3], Barackleváros(12), Porcukorral	Paradisomleves[9,15], Betűtészta[1,3], Rántott sertésszelet[1,3], Tört burgonyával, Tartármártással[10,(12)]
		Energia: 520.64 Kcal / 2,176.28 Kj	Energia: 361.70 Kcal / 1,511.91 Kj	Energia: 631.85 Kcal / 2,641.13 Kj	Energia: 569.67 Kcal / 2,381.22 Kj	Energia: 1,178.86 Kcal / 4,927.63 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		15.81 g24.46 g5.72 g	12.76 g19.40 g5.33 g	20.76 g32.87 g8.79 g	23.24 g8.50 g1.60 g	32.33 g81.37 g12.11 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		58.89 g0.02 g1.37 g	32.80 g0.01 g3.03 g	60.24 g2.00 g2.16 g	99.33 g23.48 g0.54 g	77.13 g0.53 g2.74 g
Uzsonna	(05392) Tej, alma-, padlizsán,majonéz M 4-6	Soproni felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	növényi sajtos pogácsa-TündérManna	Csirkemellsonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel	Violife növényi sajt szelettel, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Mátrai diákcsemegés, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával
		Energia: 194.74 Kcal / 814.01 Kj	Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 Kj	Energia: 152.72 Kcal / 638.37 Kj	Energia: 138.68 Kcal / 579.68 Kj	Energia: 175.72 Kcal / 734.51 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		2.81 g20.16 g6.09 g	0.70 g17.10 g9.30 g	3.69 g14.58 g4.00 g	0.27 g14.71 g3.95 g	2.62 g17.85 g5.16 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		0.29 g0.00 g1.04 g	34.20 g1.50 g1.40 g	1.60 g0.13 g0.64 g	1.17 g0.09 g0.21 g	0.96 g0.00 g0.68 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	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-növényes édesítőszer	
Quadro Byte Zrt			Oldalak		

Jó étvágyat kívánunk!
 eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adózás: 17783408-5-13
 Adószám: 26215838-4-18
 Élelmezésvezető

2023.10.25 9:47:25 | QB - Élelem

Tételes étlap 2025.11.24. - 2025.11.30.												
	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/24/2025	hátfel (05392)	Tej, alma-,										
			T Csipkebogyó tea	113,90	27,25	0,00	0,00	0,00	6,71	6,70	0,00	
			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
			Póréhagymakarikával	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,01	
			E Karfiollev	179,88	42,43	1,42	1,65	0,21	5,61	0,02	0,54	1
			Borsos tokány	680,90	162,90	9,03	13,39	4,42	1,38	0,00	0,46	(1)
			Párolt rizzzel	1 318,00	315,31	5,36	9,42	1,09	51,90	0,00	0,37	
			U Soproni felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84	
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Összesen:	3 344,33	799,50	19,31	49,48	16,01	68,60	6,72	2,74	
11/25/2025	oldal (05392)	Tej, alma-,										
			T Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00	
			Méz	139,49	33,37	0,04	0,00	0,00	8,26	8,26	0,00	
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01	
			E Zöldbaleves	183,70	43,95	1,16	2,03	0,27	5,20	0,01	1,03	1
			Paprikás burgonya kolbásszal	1 098,93	262,90	10,46	16,99	5,06	16,44	0,00	1,64	(6)
			Vegyes vágottal	33,26	7,96	0,44	0,08	0,00	1,36	0,00	0,36	15,(10),(12)
			Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00	
			U növényi sajtos pogácsa-TündérManna	1 242,00	297,13	0,70	17,10	9,30	34,20	1,50	1,40	
			Összesen:	4 110,75	983,45	14,23	52,87	18,66	109,35	17,80	4,64	
11/26/2025	oldal (05392)	Tej, alma-, padlizsán, majonézM 4-										
			T Csipkebogyó tea	113,90	27,25	0,00	0,00	0,00	6,71	6,70	0,00	
			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
			E Vajgaluskaleves	208,63	49,90	1,46	2,54	0,68	5,22	0,00	1,08	
			Fasírt	1 485,80	355,45	16,34	24,06	7,37	16,14	0,00	1,02	1,3
			Tökfőzelékkel	514,46	123,08	2,36	6,12	0,72	14,37	0,50	0,04	1
			Diétás pékáruval BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
			U Csirkemellsonkás	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43	
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Jégcsapretekkel	11,80	2,83	0,22	0,02	0,01	0,53	0,13	0,01	
			Összesen:	3 600,22	861,31	24,70	52,25	16,99	70,00	8,83	3,12	
11/27/2025	oldalsó (05392)	Tej, alma-, padlizsán, majonézM 4-										
			T Csipkebogyó tea	113,90	27,25	0,00	0,00	0,00	6,71	6,70	0,00	
			Sült húskrém	469,14	112,24	1,44	11,71	3,34	0,13	0,00	0,25	
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1
			E Tejmentesen lencsegulyás	520,54	124,53	11,83	2,91	0,87	12,58	0,00	0,18	10,(12)
			Gríz	1 583,22	378,76	11,35	5,59	0,73	70,32	7,19	0,36	1,3
			Baracklevél	109,63	26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	6,30	0,00	(12)
			Porcukorral	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00	
			U Violife növényi sajt szelettel	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00	
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Kigyóborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01	
			Összesen:	3 546,77	848,53	24,98	34,92	8,89	107,49	30,27	1,00	
11/28/2025	oldalsó (05392)	Tej, alma-, padlizsán, majonézM 4-6										
			T Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00	
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			E Paradicsomleves	322,05	77,05	1,70	3,56	0,43	9,46	0,00	0,87	9,15
			Betűtészta	98,32	23,52	1,02	0,30	0,05	4,16	0,00	0,04	1,3
			Rántott sertésszelet	3 361,59	804,21	25,42	64,41	9,34	29,61	0,01	1,29	1,3
			Tört burgonyával	1 092,90	261,46	4,15	12,05	2,17	33,15	0,00	0,45	
			Tartármártással	52,77	12,62	0,04	1,05	0,12	0,75	0,52	0,09	10,(12)
			U Mátrai diákcsemegés	181,95	43,53	2,28	3,78	1,36	0,05	0,00	0,48	
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Paprikával	18,43	4,41	0,27	0,07	0,00	0,68	0,00	0,00	
			Összesen:	6 547,21	1 566,34	35,08	115,14	21,30	94,18	8,56	3,62	

Heti étlap 2025.11.24 - 2025.11.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 eatrend Tízórai	5572 Tej,tojás,rozsmment es 4-6 éves	Csipkebogyó tea, Növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Póréhagymakarikával	Rizstej, Mézes, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Körte	Csipkebogyó tea, Növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Csipkebogyó tea, Sült húskrémes, Diétás pékáru BL[1]	Rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 84.12 Kcal / 351.62 KJ	Energia: 324.62 Kcal / 1,356.91 KJ	Energia: 76.74 Kcal / 320.77 KJ	Energia: 140.18 Kcal / 585.95 KJ	Energia: 211.76 Kcal / 885.16 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.69 g4.86 g4.20 g	0.77 g16.37 g4.03 g	0.25 g4.80 g4.20 g	1.47 g11.71 g3.34 g	0.13 g15.92 g4.03 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		9.42 g6.70 g0.33 g	42.35 g16.29 g0.21 g	8.16 g6.70 g0.32 g	6.99 g6.70 g0.25 g	16.09 g8.03 g0.20 g
		1	1	1	1	1
Ebéd	5572 Tej,tojás,rozsmment es 4-6 éves	Karfiollevés[1], Borsos tokány (1), Párolt rizssel	Zöldbableves[1], Paprikás burgonya kolbásszal(6), Vegyes vágottal[15,(10,12)], Mandarin	Vajgaluskaleves , Fasírt, Tökfőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Tejmentesen lencsegulyás [10,(12)], Grízes tészta éden[1], Baracklekváros(12), Porcukorral	Paradicsomlevés[9,15], Betűtésztával CORNITO, Rántott sertésszelet , Tört burgonyával, Tartármártással[10,(12)]
		Energia: 520.64 Kcal / 2,176.28 KJ	Energia: 361.70 Kcal / 1,511.91 KJ	Energia: 586.99 Kcal / 2,453.62 KJ	Energia: 520.07 Kcal / 2,173.89 KJ	Energia: 691.18 Kcal / 2,889.13 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		15.81 g24.46 g5.72 g	12.76 g19.40 g5.33 g	22.12 g34.60 g10.15 g	16.90 g7.69 g1.35 g	30.31 g35.55 g7.08 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		58.89 g0.02 g1.37 g	32.80 g0.01 g3.03 g	45.64 g2.00 g1.51 g	94.50 g19.17 g0.35 g	60.84 g0.82 g1.83 g
		1	1,15,(6),(10),(12)	1	1,10,(12)	9,10,15,(12)
Uzsonna	5572 Tej,tojás,rozsmment es 4-6 éves	Soproni felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	növényi sajtos pogácsa-TündérManna	Csirkemellsonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel	Violife növényi sajt szelettel, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Mátrai diákcsemegés, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával
		Energia: 194.74 Kcal / 814.01 KJ	Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ	Energia: 152.72 Kcal / 638.37 KJ	Energia: 138.68 Kcal / 579.68 KJ	Energia: 175.72 Kcal / 734.51 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		2.81 g20.16 g6.09 g	0.70 g17.10 g9.30 g	3.69 g14.58 g4.00 g	0.27 g14.71 g3.95 g	2.62 g17.85 g5.16 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		0.29 g0.00 g1.04 g	34.20 g1.50 g1.40 g	1.60 g0.13 g0.64 g	1.17 g0.09 g0.21 g	0.96 g0.00 g0.68 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,l: 10-mustár	13-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfít	15-mesterséges édesítőszer
Quadro Byte Zrt			Oldalak	

Jó étvágyat kívánunk!
eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirózsa, Pesti út 65.
 Cseportos adószám: 17783403-5-1-
 Ártámszám: 202158334-1-1
Élelmezésvezető

2023.02.24 10:53:17 | QB - Élelem



Tételek étlap 2025.11.24. - 2025.11.30.																
	Dátum	Étlap leírása	Energia (kJ)	Energia (kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ar.				
11/24/2025	Kedd (05572)	Tejtojás rozsmentes4-6	R Almalé 100%	491,26	117,52	0,14	0,00	0,00	28,14	0,00	0,01					
			Mátrai diákcsemegés	181,95	43,53	2,28	3,78	1,36	0,05	0,00	0,48					
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			T Csipkebogyó tea	113,90	27,25	0,00	0,00	0,00	6,71	6,70	0,00					
			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				
			Póréhagymakarikával	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,01					
			E Karfiollevés	179,88	42,43	1,42	1,65	0,21	5,61	0,02	0,54	1				
			Borsos tokány	680,90	162,90	9,03	13,39	4,42	1,38	0,00	0,46	(1)				
			Párolt rizzsel	1 318,00	315,31	5,36	9,42	1,09	51,90	0,00	0,37					
			U Soproni felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84					
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			V Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
			Milánói makaróni GM	1 060,35	253,68	11,52	10,24	2,11	28,24	4,00	1,61					
			Növényi sajt szórattal	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00					
			P Paprikás szalámi	206,56	49,42	1,96	4,58	1,61	0,03	0,00	0,40					
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			Kigyóborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01					
			Összesen:	6 398,18	1 530,11	35,55	96,79	28,84	126,46	10,81	5,65					
11/25/2025	Kedd (05572)	Tejtojás rozsmentes4-6	R Ásványvíz	0,00	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	0,32					
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
			T Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00					
			Méz	139,49	33,37	0,04	0,00	0,00	8,26	8,26	0,00					
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01					
			E Zöldbableves	183,70	43,95	1,16	2,03	0,27	5,20	0,01	1,03	1				
			Paprikás burgonya koltással	1 098,93	262,90	10,46	16,99	5,06	16,44	0,00	1,64	(6)				
			Vegyes vágottal	33,26	7,96	0,44	0,08	0,00	1,36	0,00	0,36	15,(10),(12)				
			Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00					
			U növényi sajtos pogácsa-TündérManna	1 242,00	297,13	0,70	17,10	9,30	34,20	1,50	1,40					
			V Almalé 100%	491,26	117,52	0,14	0,00	0,00	28,14	0,00	0,01					
			Vaníliás tejberizs	1 205,07	288,30	2,97	1,52	0,22	64,87	21,63	0,57					
			Gyümölcsmártással	352,15	73,03	1,14	0,53	0,05	18,10	6,96	0,05	1				
			P Zala felvágottas	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40					
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			Paprikával	18,43	4,41	0,27	0,07	0,00	0,68	0,00	0,00					
			Összesen:	7 088,98	1 684,74	21,80	76,98	28,10	223,05	46,39	6,19					
			11/26/2025	Kedd (05572)	Tejtojás rozsmentes4-6	R Almalé 100%	491,26	117,52	0,14	0,00	0,00	28,14	0,00	0,01		
Házi szilvás gyümölcskrémmel	137,69	32,94				0,35	0,01	0,01	7,52	1,00	0,00					
Diétás pékáru BL	2,86	0,69				0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
T Csipkebogyó tea	113,90	27,25				0,00	0,00	0,00	6,71	6,70	0,00					
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				
E Vajgaluskaleves	208,63	49,90				1,46	2,54	0,68	5,22	0,00	1,08					
Fasírt	1 298,27	310,59				17,70	25,79	8,73	1,54	0,00	0,37					
Tökfőzelékkel	514,46	123,08				2,36	6,12	0,72	14,37	0,50	0,04	1				
Diétás pékáruval BL, ebédhez	432,30	103,42				0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02					
U Csirkemellsonkás	92,40	22,11				3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43					
Diétás pékáru BL	2,86	0,69				0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
Liga margarinnal	531,22	127,09				0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
Jégcsapretekkel	11,80	2,83				0,22	0,02	0,01	0,53	0,13	0,01					
V Ásványvíz	0,00	0,00				0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
Sertéspaprikás	681,92	163,14				11,23	11,14	2,25	4,28	0,00	0,16	1				
Főtt tésztával	997,92	238,74				2,30	5,46	0,42	44,35	2,88	0,14					
P Füstölt kolbászos	122,56	29,32				1,55	2,54	0,96	0,03	0,00	0,28					
Diétás pékáru BL	2,86	0,69				0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
Liga margarinnal	531,22	127,09				0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
Lilahagymával	33,09	7,92				0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,01					
Összesen:	6 414,07	1 534,50				41,97	87,15	25,79	141,76	12,71	3,27					
11/27/2025	Kedd (05572)	Tejtojás rozsmentes4-6	R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
			Bécsi felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84					
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			T Csipkebogyó tea	113,90	27,25	0,00	0,00	0,00	6,71	6,70	0,00					
			Sült húskrém	469,14	112,24	1,44	11,71	3,34	0,13	0,00	0,25					
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
			E Tejmentesen lencsegyúvás	520,54	124,53	11,83	2,91	0,87	12,58	0,00	0,18	10,(12)				
			Gríz	1 375,88	329,16	5,01	4,78	0,48	65,49	2,88	0,17	1				
			Baracklekváros	109,63	26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	6,30	0,00	(12)				
			Porcukorral	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00					
			U Violette növényi sajt szelettel	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00					
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			Kigyóborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01					
			V Almalé 100%	491,26	117,52	0,14	0,00	0,00	28,14	0,00	0,01					
			Sonkás kenyérlángos	1 295,06	309,82	11,38	5,96	1,14	52,41	0,50	1,47	1				
			P Majorannás kenőmájassal	248,79	59,52	2,23	5,42	2,20	5,12	0,10	0,34					
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
			Összesen:	6 191,37	1 481,22	35,23	65,65	18,07	188,77	26,56	3,67					
			11/28/2025	Kedd (05572)	Tejtojás rozsmentes4-6	R Almalé 100%	491,26	117,52	0,14	0,00	0,00	28,14	0,00	0,01		
						Zöldfűszeres 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				
T Rizstej	351,04	83,98				0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00					
Diétás pékáru BL	2,86	0,69				0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
Liga margarinnal	531,22	127,09				0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
E Paradicsomleves	322,05	77,05				1,70	3,56	0,43	9,46	0,00	0,87	9,15				
Betűtésztával CORNITO	87,30	20,89				0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01					
Rántott sertésszelet	1 334,11	319,16				24,18	18,77	4,35	12,86	0,00	0,41					
Tört burgonyával	1 092,90	261,46				4,15	12,05	2,17	33,15	0,00	0,45					
Tartármártással	52,77	12,62				0,04	1,05	0,12	0,75	0,52	0,09	10,(12)				
U Mátrai diákcsemegés	181,95	43,53				2,28	3,78	1,36	0,05	0,00	0,48					
Diétás pékáru BL	2,86	0,69				0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
Liga margarinnal	531,22	127,09				0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
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					
Sült dibreceni	721,79	172,68				9,78	14,67	5,29	0,18	0,00	1,58	(6)				
Főttleves főzelékkel	998,24	238,81				11,24	6,37	0,77	33,86	0,00	0,94	1				
Diétás pékáru BL	2,86	0,69				0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
P Csirkemellsonkás	92,40	22,11				3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43					
Diétás pékáru BL	2,86	0,69				0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
Liga margarinnal	531,22	127,09				0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
Paradicsommal	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01								
Összesen:	7 574,50	1 812,12	58,17	109,76	30,53	143,54	8,85	6,20								

Heti étlap 2025.11.24 - 2025.11.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(05902) Gluténmentes4-6	Csipkebogyó tea, Natúr vajkrémes[7], Gluténmentes pékáru, Póréhagymakarikával	Tehéntej 1,5%[7], Mézes, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Körte	Csipkebogyó tea, Sárgarépás sajtvarázskrém[7], Gluténmentes pékáru	Csipkebogyó tea, Sült húskrém[7,10,(12)], Gluténmentes pékáru	Tehéntej 1,5%[7], Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru
		Energia: 256.59 Kcal / 1,072.55 KJ	Energia: 483.50 Kcal / 2,021.03 KJ	Energia: 240.43 Kcal / 1,005.00 KJ	Energia: 250.04 Kcal / 1,045.17 KJ	Energia: 370.64 Kcal / 1,549.28 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		4.58 g9.06 g4.07 g	11.15 g18.47 g5.63 g	4.68 g7.69 g3.49 g	5.42 g8.53 g3.59 g	10.51 g18.02 g5.63 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		35.87 g7.10 g0.37 g	64.49 g8.66 g0.83 g	34.82 g7.10 g0.61 g	34.61 g7.10 g0.62 g	38.23 g0.40 g0.82 g
		7	7	7	7,10,(12)	7
Ebéd	(05902) Gluténmentes4-6	Tejfölös karfiolleves[7], Borsos tokány , Párolt rizssel	Tejfölös zöldbaleves[7], Paprikás burgonya , Vegyes vágottal[15,(10,12)], Mandarin	Vajgaluskaleves[3,9], Fasírt GM[3], Tökfőzelékkel[7], GM pékáruval, ebédhez	Lencsegulyás[10,(12)], Kukoricadarás tészta, Baracklekváros(12), Porcukorral	Paradicsomleves[9], Betűtésztaával CORNITO, Rántott sertésszelet[3], Tört burgonyával(7), Tartármártással[3,7,10,(1,12)]
		Energia: 533.09 Kcal / 2,228.32 KJ	Energia: 413.39 Kcal / 1,727.97 KJ	Energia: 645.42 Kcal / 2,697.86 KJ	Energia: 569.35 Kcal / 2,379.88 KJ	Energia: 1,028.51 Kcal / 4,299.17 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		16.27 g25.38 g6.31 g	12.95 g20.00 g5.44 g	19.80 g35.00 g9.89 g	19.77 g9.28 g1.55 g	32.63 g61.59 g11.22 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		59.48 g0.02 g1.14 g	43.95 g0.02 g2.97 g	59.66 g2.46 g1.37 g	100.32 g19.17 g0.34 g	83.94 g21.16 g3.06 g
		7	7,15,(10),(12)	3,7,9	10,(12)	3,7,9,10,(1),(12)
Uzsonna	(05902) Gluténmentes4-6	Soproni felvágottas, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	növényi sajtos pogácsa-TündérManna	Csirkemellsonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Jégcsapretekkel	Trapista sajt szelettel[7], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Kígyóborkával	Mátrai diákcsemegés, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával
		Energia: 340.05 Kcal / 1,421.41 KJ	Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ	Energia: 298.03 Kcal / 1,245.77 KJ	Energia: 424.19 Kcal / 1,773.11 KJ	Energia: 321.03 Kcal / 1,341.91 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		6.42 g21.16 g6.29 g	0.70 g17.10 g9.30 g	7.30 g15.58 g4.20 g	14.96 g26.26 g11.29 g	6.23 g18.85 g5.36 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		27.64 g0.40 g1.39 g	34.20 g1.50 g1.40 g	28.95 g0.53 g0.99 g	28.56 g0.49 g1.53 g	28.31 g0.40 g1.03 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-mesterek és édesítőszer |



Tételek étlap 2025.11.24. - 2025.11.30.																
	Dátum	Étlap kód		Energia (kJ)	Energia (kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	Glükózes (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár			
11/24/2025	05902	Gluténmentes4-6	R Almalé 100%	491,26	117,52	0,14	0,00	0,00	28,14	0,00	0,01					
			Mátrai diákcsemegés	181,95	43,53	2,28	3,78	1,36	0,05	0,00	0,48					
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35					
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			T Csipkebogyó tea	113,90	27,25	0,00	0,00	0,00	6,71	6,70	0,00					
			Natúr 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					
			Póréhagymakarikával	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,01					
			E Tejfölös karfiollevés	248,41	58,82	1,94	2,86	0,83	6,46	0,02	0,56 7					
			Borsos tokány	664,46	158,96	8,97	13,10	4,39	1,12	0,00	0,21					
			Párolt rizzsel	1 318,00	315,31	5,36	9,42	1,09	51,90	0,00	0,37					
			U Soproni felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84					
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35					
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			V Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
			Milánói makaróni GM	1 060,35	253,68	11,52	10,24	2,11	28,24	4,00	1,61					
			Reszelt trapista sajttal	448,06	107,19	7,48	8,23	4,61	0,67	0,00	0,61 7					
			P Paprikás szalámi	206,56	49,42	1,96	4,58	1,61	0,03	0,00	0,40					
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35					
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			Kigyóborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01					
			Összesen:	9 405,80	2 249,60	58,21	112,45	34,51	235,62	12,41	7,12					
11/25/2025	05902	Gluténmentes4-6	R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
			Sonkás kockasajttal	1 644,00	393,30	18,80	28,60	17,60	9,80	9,80	3,00					
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35					
			T Tehéntej 1,5%	407,75	97,55	6,83	3,02	1,63	10,65	0,00	0,27 7					
			Mézes	139,49	33,37	0,04	0,00	0,00	8,26	8,26	0,00					
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35					
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01					
			E Tejfölös zöldbableves	199,54	47,74	1,20	2,39	0,42	5,28	0,01	1,04 7					
			Paprikás burgonya	1 299,16	310,80	10,61	17,23	5,02	27,51	0,01	1,57					
			Vegyes vágottal	33,26	7,96	0,44	0,08	0,00	1,36	0,00	0,36 15,(10),(12)					
			Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00					
			U növényi sajtos pogácsa-TündérManna	1 242,00	297,13	0,70	17,10	9,30	34,20	1,50	1,40					
			V Almalé 100%	491,26	117,52	0,14	0,00	0,00	28,14	0,00	0,01					
			Vanillás tejberizs	1 224,54	292,95	7,75	2,29	1,20	59,99	15,96	0,75 7					
			Gyümölcsmártással	399,39	84,33	1,20	1,77	0,81	18,11	6,45	0,07 7					
			P Zala felvágottas	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40					
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35					
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			Paprikával	18,43	4,41	0,27	0,07	0,00	0,68	0,00	0,00					
			Összesen:	10 690,74	2 546,38	63,01	107,49	45,35	314,67	43,19	10,33					
			11/26/2025	05902	Gluténmentes4-6	R Almalé 100%	491,26	117,52	0,14	0,00	0,00	28,14	0,00	0,01		
Gyümölcsös joghurt	694,32	166,11				5,59	5,79	3,13	22,45	22,45	0,49 7,(1)					
Gluténmentes pékáru	610,28	146,00				3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35					
T Csipkebogyó tea	113,90	27,25				0,00	0,00	0,00	6,71	6,70	0,00					
Sárgarépa-sajtvazárskrém	280,80	67,18				1,04	6,69	3,29	0,61	0,00	0,26 7					
Gluténmentes pékáru	610,28	146,00				3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35					
E Vajgaluskaleves	220,54	52,74				1,49	2,60	0,57	5,84	0,01	0,58 3,9					
Fasírt GM	1 466,23	350,77				15,26	23,92	7,39	16,20	0,45	0,71 3					
Tökfőzelékkel	578,86	138,49				2,45	8,33	1,91	13,11	0,50	0,06 7					
GM pékáruval, ebédhez	432,30	103,42				0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02					
U Csirkemellsonkás	92,40	22,11				3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43					
Gluténmentes pékáru	610,28	146,00				3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35					
Liga margarinnal	531,22	127,09				0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
Jégcsapretekkel	11,80	2,83				0,22	0,02	0,01	0,53	0,13	0,01					
V Ásványvíz	0,00	0,00				0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
Sertéspaprikás	681,84	163,12				11,19	11,18	2,25	4,23	0,00	0,16					
Főtt tésztával	989,64	236,76				2,30	5,16	0,55	44,35	2,88	0,14					
P Füstölt kolbászos	122,56	29,32				1,55	2,54	0,96	0,03	0,00	0,28					
Gluténmentes pékáru	610,28	146,00				3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35					
Liga margarinnal	531,22	127,09				0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
Lilahagymával	33,09	7,92				0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,01					
Összesen:	9 713,10	2 323,72				60,11	98,96	28,67	279,37	36,22	4,96					
11/27/2025	05902	Gluténmentes4-6	R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
			Bécsi felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84					
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35					
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			T Csipkebogyó tea	113,90	27,25	0,00	0,00	0,00	6,71	6,70	0,00					
			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					
			E Lencsegyűlés	743,41	177,85	14,64	4,56	1,05	19,32	0,00	0,20 10,(12)					
			Kukoricadarás tészta	1 358,97	325,12	5,07	4,72	0,50	64,57	2,88	0,14					
			Baracklekváros	109,63	26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	6,30	0,00 (12)					
			Porcukorral	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00					
			U Trapista sajt szelettel	621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97 7					
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35					
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
			Kigyóborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01					
			V Almalé 100%	491,26	117,52	0,14	0,00	0,00	28,14	0,00	0,01					
			Sonkás kenyérlángos	1 304,47	312,08	10,04	7,79	1,49	50,20	0,50	1,47					
			P Majorannás kenőmájassal	248,79	59,52	2,23	5,42	2,20	5,12	0,10	0,34					
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35					
			Összesen:	9 274,28	2 218,75	62,62	79,44	26,61	302,09	28,16	6,05					
			11/28/2025	05902	Gluténmentes4-6	R Almalé 100%	491,26	117,52	0,14	0,00	0,00	28,14	0,00	0,01		
						Zöldfűszeres 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					
T Tehéntej 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 Paradicsomleves	666,89	159,54				1,71	3,79	0,27	29,59	19,98	1,85 9					
Betűtésztával CORNITO	87,30	20,89				0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01					
Rántott sertésszelet	1 433,76	343,00				25,68	19,67	4,62	15,23	0,45	0,45 3					
Tört burgonyával	1 092,90	261,46				4,15	12,05	2,17	33,15	0,00	0,45 (7)					
Tartármártással	1 018,31	243,62				0,85	25,96	4,15	1,35	0,43	0,30 3,7,10,(1),(12)					
Mátrai diákcsemegés	181,95	43,53				2,28	3,78	1,36	0,05	0,00	0,48					
Gluténmentes pékáru	610,28	146,00				3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35					
Liga margarinnal	531,22	127,09				0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
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					
Sült debreceni	721,79	172,68				9,78	14,67	5,29	0,18	0,00	1,56 (6)					
Felgettbab főzelékkel	1 038,43	248,43				11,30	7,33	1,23	34,03	0,00	0,96 7					
GM pékáru, vacsorához	432,30	103,42				0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02					
U Csirkemellsonkás	92,40	22,11				3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43					
Gluténmentes pékáru	610,28	146,00				3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35					
Liga margarinnal	531,22	127,09				0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
Paradicsommal	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01								
Összesen:	12 054,08	2 883,77	82,61	145,21	37,02	294,46	24,26	8,83								

Heti étlap 2025.11.24 - 2025.11.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 Tízórai	(06002) Glutén,tej,tojás,cm ,OM,szója4-6	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru, Póréhagymakarikával	Rizstej, Mézes, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Körte	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sült húskrémés, Gluténmentes pékáru	Rizstej, Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru										
		Energia: 229.08 Kcal / 957.55 KJ		Energia: 469.93 Kcal / 1,964.31 KJ		Energia: 221.70 Kcal / 926.71 KJ		Energia: 285.14 Kcal / 1,191.89 KJ		Energia: 357.07 Kcal / 1,492.55 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		4.30 g	5.86 g	4.40 g	4.38 g	17.37 g	4.23 g	3.86 g	5.80 g	4.40 g	5.08 g	12.71 g	3.54 g	3.74 g	16.92 g	4.23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
36.75 g	7.09 g	0.68 g	69.70 g	16.69 g	0.56 g	35.49 g	7.09 g	0.67 g	34.32 g	7.09 g	0.60 g	43.44 g	8.43 g	0.55 g		
10,(12)																
Ebéd	(06002) Glutén,tej,tojás,cm ,OM,szója4-6	Karfiolleves, Borsos tokány , Párolt rizszel	Zöldbableves , Paprikás burgonya kolbásszal(6), Vegyes vágottal[15,(10,12)], Mandarin	Vajgaluskaleves , Fasírt, Tökfőzelékkel, GM pékáruval, ebédhez	Lencsegulyás , Kukoricadarás tészta, Barackleváros(12), Porcukorral	Paradicsomleves[9,15], Betűtéstzával CORNITO, Rántott sertésszelet , Tört burgonyával, Tartármártással[10,(12)]										
		Energia: 501.79 Kcal / 2,097.48 KJ		Energia: 353.80 Kcal / 1,478.88 KJ		Energia: 578.20 Kcal / 2,416.88 KJ		Energia: 556.61 Kcal / 2,326.63 KJ		Energia: 691.18 Kcal / 2,889.13 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		15.31 g	24.07 g	5.66 g	12.50 g	19.36 g	5.29 g	21.68 g	34.74 g	10.17 g	19.40 g	9.13 g	1.53 g	30.31 g	35.55 g	7.08 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
55.53 g	0.00 g	1.12 g	31.17 g	0.01 g	3.03 g	43.57 g	2.00 g	1.51 g	97.90 g	19.17 g	0.27 g	60.84 g	0.82 g	1.83 g		
		15,(6),(10),(12)				(12)				9,10,15,(12)						
Uzsonna	(06002) Glutén,tej,tojás,cm ,OM,szója4-6	Soproni felvágottas, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	növényi sajtos pogácsa- TündérManna	Csirkemellsonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Jégcsapretekkel	Violife növényi sajt szelettel, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Kígyóborkával	Mátrai diákcsemegés, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával										
		Energia: 340.05 Kcal / 1,421.41 KJ		Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ		Energia: 298.03 Kcal / 1,245.77 KJ		Energia: 283.99 Kcal / 1,187.08 KJ		Energia: 321.03 Kcal / 1,341.91 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.42 g	21.16 g	6.29 g	0.70 g	17.10 g	9.30 g	7.30 g	15.58 g	4.20 g	3.88 g	15.71 g	4.15 g	6.23 g	18.85 g	5.36 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27.64 g	0.40 g	1.39 g	34.20 g	1.50 g	1.40 g	28.95 g	0.53 g	0.99 g	28.52 g	0.49 g	0.56 g	28.31 g	0.40 g	1.03 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-szezá

12-kéndioxid-szulfít
- 13-csillagfűrt

14-puhatestűek

15-mesterséges édesítőszer
- 16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!
eatrend Danubia Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Célpórtos adószám: 17783408-5-10
Törzsszám: 26215633-4-13
Élelmezésvezető

Tételes étlap 2025.11.24. - 2025.11.30.												
	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/24/2025	Laktóz (06002)	Glutén, tej, tojás, OM, szója 4-6	R Almalé 100%	491,26	117,52	0,14	0,00	0,00	28,14	0,00	0,01	
			Mátrai diákcsemegés	181,95	43,53	2,28	3,78	1,36	0,05	0,00	0,48	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00	
			Növényi szendvicskrém	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	
			Póréhagymakarikával	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,01	
			E Karfiollevés	117,57	27,52	0,98	1,55	0,18	2,51	0,00	0,54	
			Borsos tokány	664,46	158,96	8,97	13,10	4,39	1,12	0,00	0,21	
			Párolt rizzsel	1 318,00	315,31	5,36	9,42	1,09	51,90	0,00	0,37	
			U Soproni felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Összesen:	6 293,68	1 505,06	32,13	69,87	21,71	175,69	7,89	4,23	
11/25/2025	Laktóz (06002)	Glutén, tej, tojás, OM, szója 4-6	R Ásványvíz	0,00	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	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	
			Mézes	139,49	33,37	0,04	0,00	0,00	8,26	8,26	0,00	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01	
			E Zöldbablevés	150,68	36,05	0,90	1,99	0,23	3,57	0,01	1,03	
			Paprikás burgonya kolbásszal	1 098,93	262,90	10,46	16,99	5,06	16,44	0,00	1,64 (6)	
			Vegyes vágottal	33,26	7,96	0,44	0,08	0,00	1,36	0,00	0,36 15,(10),(12)	
			Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00	
			U növényi sajtos pogácsa-TündérManna	1 242,00	297,13	0,70	17,10	9,30	34,20	1,50	1,40	
			Összesen:	5 499,42	1 315,66	21,44	59,63	23,22	163,87	18,60	5,66	
11/26/2025	Laktóz (06002)	Glutén, tej, tojás, OM, szója 4-6	R Almalé 100%	491,26	117,52	0,14	0,00	0,00	28,14	0,00	0,01	
			Házi meggyes gyümölcskrém	152,85	36,57	0,35	0,21	0,01	7,84	1,00	0,00	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00	
			Növényi szendvicskrém	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 Vajgaluskaleves	208,63	49,90	1,46	2,54	0,68	5,22	0,00	1,08	
			Fasírt	1 298,27	310,59	17,70	25,79	8,73	1,54	0,00	0,37	
			Tökfőzelékkel	477,74	114,29	1,92	6,26	0,74	12,30	0,50	0,04	
			GM pékáruval, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
			U Csirkemellsonkás	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Jégcsapretekkel	11,80	2,83	0,22	0,02	0,01	0,53	0,13	0,01	
			Összesen:	5 843,75	1 398,02	36,97	57,33	18,98	171,49	11,02	3,53	
11/27/2025	Laktóz (06002)	Glutén, tej, tojás, OM, szója 4-6	R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Bécsi felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00	
			Sült húskrém	469,14	112,24	1,44	11,71	3,34	0,13	0,00	0,25	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			E Lencsegulyás	690,15	165,11	14,27	4,41	1,03	16,90	0,00	0,13	
			Kukoricadarás tészta	1 358,97	325,12	5,07	4,72	0,50	64,57	2,88	0,14	
			Baracklekváros	109,63	26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	6,30	0,00 (12)	
			Porcukorral	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00	
			U Violife növényi sajt szelettel	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Kigyóborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01	
			Összesen:	6 126,91	1 465,79	34,78	58,71	15,51	188,38	27,15	2,82	
11/28/2025	Laktóz (06002)	Glutén, tej, tojás, OM, szója 4-6	R Almalé 100%	491,26	117,52	0,14	0,00	0,00	28,14	0,00	0,01	
			Zöldfűszeres 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	
			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 Paradicsomleves	322,05	77,05	1,70	3,56	0,43	9,46	0,00	0,87 9,15	
			Betűtésztával CORNITO	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01	
			Rántott sertésszelet	1 334,11	319,16	24,18	18,77	4,35	12,86	0,00	0,41	
			Tört burgonyával	1 092,90	261,46	4,15	12,05	2,17	33,15	0,00	0,45	
			Tartármártással	52,77	12,62	0,04	1,05	0,12	0,75	0,52	0,09 10,(12)	
			U Mátrai diákcsemegés	181,95	43,53	2,28	3,78	1,36	0,05	0,00	0,48	
			Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Paprikával	18,43	4,41	0,27	0,07	0,00	0,68	0,00	0,00	
			Összesen:	7 029,08	1 681,60	44,28	77,12	21,07	189,53	10,05	4,09	

Heti étlap 2025.11.24. - 2025.11.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Natúr vajkrém[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Póréhagymakarikával, Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Pulykamell sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Kígyóuborkával, Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Sárgarépa, Sajtvazsokrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB [1], Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Paprikás szalámis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma		
		Energia: 253.22 Kcal / 1,058.46 KJ			Energia: 267.75 Kcal / 1,119.20 KJ			Energia: 231.31 Kcal / 966.88 KJ			Energia: 253.13 Kcal / 1,058.08 KJ			Energia: 328.09 Kcal / 1,371.42 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.81 g	16.90 g	7.74 g	9.37 g	15.96 g	4.49 g	4.41 g	14.21 g	6.59 g	5.99 g	15.89 g	6.80 g	6.50 g	24.02 g	7.04 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		20.55 g	0.01 g	0.06 g	20.70 g	0.18 g	1.10 g	20.51 g	0.01 g	0.57 g	20.61 g	0.01 g	0.58 g	20.46 g	0.01 g	1.05 g
		1,7,15			1,15			1,7,15			1,7,10,15,(12)			1,15		
Ebéd	(06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	Karfiollevés, Borsos tokány (1), Párolt barna rizszel			zöldbableves[1,7], Paprikás burgonya, Vegyes vágottal[15,(10,12)], Mandarin			Vajgaluskaleves[3,9,(7)], Fasírt[1,3], Tökfőzelékkel[15], Diétás pékáruval BL, ebédhez			Magyaros lencsegyús[1,7,10,(12)], Túrógombóc[3,7], Gyümölcsöntettel[15,(12)]			Paradisomleves[9,10], Betűtésztával[1,3], Rántott sertésszelet, Zöldséges bulgur[1], Tartármártással		
		Energia: 492.32 Kcal / 2,057.90 KJ			Energia: 315.68 Kcal / 1,319.54 KJ			Energia: 361.97 Kcal / 1,513.03 KJ			Energia: 348.05 Kcal / 1,454.85 KJ			Energia: 602.20 Kcal / 2,517.20 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		18.55 g	30.29 g	8.11 g	10.03 g	14.20 g	3.88 g	11.07 g	19.03 g	4.82 g	18.27 g	14.95 g	4.68 g	14.96 g	45.10 g	6.94 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		35.94 g	0.00 g	1.71 g	35.74 g	0.01 g	2.61 g	34.98 g	0.61 g	1.67 g	35.23 g	2.66 g	0.67 g	35.06 g	0.00 g	1.38 g
		(1)			1,7,15,(10),(12)			1,3,9,15,(7)			1,3,7,10,15,(12)			1,3,7,9,10,15,(12)		
Uzsonna	(06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	Soproni felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal			Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal			Csirkemellsonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel			Trapista sajt szelettel[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Mátrai diákcsemegés, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával		
		Energia: 287.05 Kcal / 1,199.87 KJ			Energia: 192.13 Kcal / 803.10 KJ			Energia: 192.57 Kcal / 804.94 KJ			Energia: 301.37 Kcal / 1,259.73 KJ			Energia: 243.79 Kcal / 1,019.04 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6.54 g	26.46 g	8.39 g	7.66 g	15.23 g	4.18 g	7.89 g	15.24 g	4.19 g	12.34 g	25.39 g	11.25 g	5.96 g	21.81 g	6.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		5.36 g	0.00 g	1.90 g	5.89 g	0.00 g	1.06 g	5.91 g	0.26 g	1.08 g	5.53 g	0.17 g	1.19 g	5.65 g	0.00 g	1.16 g
		1			1			1			1,7			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-tejtermé	10-mustár	13-csillagfűt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezá	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.
 Cégadatok: 17783408-5-1-
 Adószám: 26215833-4-13
 Élelmiszevezető

Tételes étlap 2025.11.24. - 2025.11.30.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/24/2025	László (06361)	Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U										
		T Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15	
		Natúr vajkrém	635,04	151,92	1,00	16,00	7,73	0,80	0,00	0,01	7	
		Diétás pékáru BL DIAB	141,48	33,85	1,33	0,18	0,01	6,71	0,00	0,02	1	
		Póréhagymakarikával	61,66	14,75	0,88	0,12	0,00	2,52	0,00	0,01		
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		E Karfiolleves	217,70	51,11	1,78	2,51	0,29	5,44	0,00	0,91		
		Borsos tokány	1 089,43	260,63	14,44	21,42	7,07	2,21	0,00	0,74	(1)	
		Párolt barna rizsszel	754,80	180,58	2,33	6,36	0,75	28,29	0,00	0,06		
		U Soproni felvágottas	559,78	133,92	5,48	12,32	4,58	0,12	0,00	1,68		
		Diétás pékáru BL DIAB	108,83	26,04	1,02	0,14	0,01	5,16	0,00	0,02	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Összesen:	4 320,23	1 032,59	28,90	73,65	24,24	61,85	0,01	3,67		
11/25/2025	László (06361)	Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U										
		T Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15	
		Pulykamell sonkás	184,80	44,21	6,80	1,12	0,37	1,68	0,00	0,85		
		Diétás pékáru BL DIAB	163,25	39,05	1,53	0,20	0,02	7,74	0,00	0,02	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Kígyóborkával	19,66	4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	0,17	0,01		
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		E Tejfölös zöldbableves	128,66	30,78	0,79	1,61	0,36	3,23	0,00	0,62	1,7	
		Paprikás burgonya	911,69	218,11	7,44	12,09	3,52	19,31	0,01	1,10		
		Vegyes vágottal	83,16	19,90	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,89	15,(10),(12)	
		Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
		U Álom sonkás	184,80	44,21	6,80	1,12	0,37	1,68	0,00	0,85		
		Diétás pékáru BL DIAB	87,06	20,83	0,82	0,11	0,01	4,13	0,00	0,01	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Összesen:	3 241,79	775,56	27,06	45,39	12,55	62,33	0,19	4,77		
11/26/2025	Szendrői (06361)	Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U										
		T Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15	
		Sárgarépa sájtvarázskrém	561,60	134,35	2,08	13,38	6,57	1,22	0,00	0,52	7	
		Diétás pékáru BL DIAB	185,01	44,26	1,73	0,23	0,02	8,77	0,00	0,03	1	
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		E Vajgaluskaleves	231,29	55,32	1,19	1,98	0,53	8,06	0,01	1,12	3,9,(7)	
		Fasírt	742,90	177,73	8,17	12,03	3,69	8,07	0,00	0,51	1,3	
		Tököfőzelékkel	365,93	87,55	1,47	4,96	0,59	9,05	0,00	0,03	15	
		Diétás pékáruval BL, ebédhez	172,92	41,37	0,24	0,06	0,01	9,80	0,60	0,01		
		U Csirkemellsonkás	184,80	44,21	6,80	1,12	0,37	1,68	0,00	0,85		
		Diétás pékáru BL DIAB	65,30	15,62	0,61	0,08	0,01	3,10	0,00	0,01	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Jégcsapretekkel	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,26	0,02		
		Összesen:	3 284,86	785,85	23,37	48,48	15,60	61,40	0,88	3,32		
11/27/2025	Németi (06361)	Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U										
		T Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15	
		Sült húskrém	641,93	153,57	3,55	15,05	6,78	0,80	0,00	0,53	7,10,(12)	
		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 Magyaros lencsegyűs	467,32	111,80	6,41	5,08	1,24	9,96	0,00	0,22	1,7,10,(12)	
		Túrógombóc	925,65	221,45	11,72	9,77	3,44	21,41	2,66	0,45	3,7	
		Gyümölcsöntettel	73,52	14,80	0,14	0,10	0,00	3,86	0,00	0,00	15,(12)	
		U Tráista sajt szelettel	621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97	7	
		Diétás pékáru BL DIAB	87,06	20,83	0,82	0,11	0,01	4,13	0,00	0,01	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Kígyóborkával	19,66	4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	0,17	0,01		
		Összesen:	3 784,31	902,55	36,60	56,23	22,73	61,37	2,84	2,44		
11/28/2025	Németi (06361)	Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U										
		T Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15	
		Paprikás szalámis	413,11	98,83	3,92	9,16	3,22	0,06	0,00	0,80		
		Diétás pékáru BL DIAB	206,78	49,47	1,94	0,26	0,02	9,80	0,00	0,03	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		E Paradicsomleves	261,22	62,49	1,02	4,18	0,30	5,29	0,00	0,28	9,15	
		Betűtészta	65,55	15,68	0,68	0,20	0,04	2,77	0,00	0,03	1,3	
		Rántott sertésszelet	507,02	121,30	8,83	7,18	1,62	5,13	0,00	0,16		
		Zöldséges bulgur	534,47	127,86	3,58	3,90	0,46	21,02	0,00	0,77	1	
		Tartármártással diab	1 148,94	274,87	0,85	29,64	4,52	0,85	0,00	0,14	3,7,10,15,(1),(12)	
		U Mátrai diákcsemegés	363,89	87,05	4,56	7,56	2,72	0,09	0,00	0,95		
		Diétás pékáru BL DIAB	87,06	20,83	0,82	0,11	0,01	4,13	0,00	0,01	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Paprikával	36,86	8,82	0,54	0,14	0,00	1,35	0,00	0,00		
		Összesen:	4 907,63	1 174,08	27,42	90,93	20,51	61,17	0,01	3,59		

Heti étlap 2025.11.24. - 2025.11.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(06362) Diab. 20-20-15 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Natúr vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Póréhagymakarikával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Pulykamell sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Sárgarépa sajtvarázskrém[7], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Sült húskrém[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Paprikás szalámis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal
		Energia: 277.37 Kcal / 1,159.41 KJ	Energia: 292.50 Kcal / 1,222.65 KJ	Energia: 250.85 Kcal / 1,048.55 KJ	Energia: 275.86 Kcal / 1,153.09 KJ	Energia: 348.21 Kcal / 1,455.52 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		6.19 g 16.69 g 7.76 g	11.78 g 15.76 g 4.51 g	6.62 g 13.98 g 6.61 g	8.31 g 15.68 g 6.82 g	8.72 g 23.79 g 7.06 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		25.16 g 0.01 g 0.08 g	25.43 g 0.18 g 1.13 g	24.21 g 0.01 g 0.59 g	24.93 g 0.01 g 0.60 g	24.27 g 0.01 g 1.07 g
		1,7,15	1,15	1,7,15	1,7,10,15,(12)	1,15
Ebéd	(06362) Diab. 20-20-15 g CH	Karfiollevés, Borsos tokány (1), Párolt barna rizszel	zöldbableves[1,7], Paprikás burgonya, Vegyes vágottal[15,(10,12)], Mandarin	Vajgaluskaleves[3,9,(7)], Fasírt[1,3], Tökfőzelékkel[15], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Magyaros lencsegulyás[1,7,10,(12)], Túrógombóc[3,7], Gyümölcsöntettel[15,(12)]	Paradisomleves[3,10], Betűtésztával[1,3], Rántott sertésszelet, Zöldséges bulgur[1], Tartármártással
		Energia: 389.47 Kcal / 1,627.98 KJ	Energia: 268.96 Kcal / 1,124.25 KJ	Energia: 284.88 Kcal / 1,190.80 KJ	Energia: 304.08 Kcal / 1,271.05 KJ	Energia: 520.30 Kcal / 2,174.85 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		14.17 g 23.42 g 6.17 g	8.45 g 12.21 g 3.30 g	8.03 g 13.86 g 3.43 g	16.10 g 13.14 g 4.05 g	14.04 g 38.35 g 5.95 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		30.13 g 0.00 g 1.28 g	30.32 g 0.01 g 2.42 g	30.79 g 0.76 g 1.17 g	30.38 g 2.17 g 0.59 g	30.47 g 0.00 g 1.19 g
		(1)	1,7,15,(10),(12)	1,3,9,15,(7)	1,3,7,10,15,(12)	1,3,7,9,10,15,(12)
Uzsonna	(06362) Diab. 20-20-15 g CH	Soproni felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Csirkeemlisonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel	Trapista sajt szelettel[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Mátrai diákcsemegés, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával
		Energia: 388.58 Kcal / 1,624.26 KJ	Energia: 287.28 Kcal / 1,200.83 KJ	Energia: 292.93 Kcal / 1,224.45 KJ	Energia: 396.52 Kcal / 1,657.45 KJ	Energia: 344.73 Kcal / 1,440.97 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		10.51 g 26.98 g 8.42 g	11.38 g 15.72 g 4.21 g	11.82 g 15.76 g 4.22 g	16.06 g 25.88 g 11.28 g	9.90 g 22.33 g 6.56 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		25.46 g 0.00 g 1.95 g	24.73 g 0.00 g 1.12 g	25.78 g 0.26 g 1.14 g	24.37 g 0.17 g 1.25 g	25.63 g 0.00 g 1.22 g
		1	1	1	1,7	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-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.
 Cégadatok: 17783408-5-1-
 Adószám: 26215833-4-13
 Élelmiszevezető

Tételes étlap 2025.11.24. - 2025.11.30.														
	Diéta		Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
11/24/2025	hátfel (06362)	Diab. 20-20-15 g CH												
			T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15	
				Natúr vajkrémes	635,04	151,92	1,00	16,00	7,73	0,80	0,00	0,01	7	
				Diétás pékáru BL DIAB	460,54	110,18	4,31	0,57	0,03	21,82	0,00	0,06	1	
				Póréhagymakarikával	61,66	14,75	0,88	0,12	0,00	2,52	0,00	0,01		
			E	Karfiolleves	163,27	38,33	1,33	1,88	0,22	4,08	0,00	0,68		
				Borsos tokány	817,07	195,47	10,83	16,06	5,30	1,66	0,00	0,55	(1)	
				Párolt barna rizzsel	650,69	155,67	2,01	5,48	0,65	24,39	0,00	0,05		
			U	Soproni felvágottas	559,78	133,92	5,48	12,32	4,58	0,12	0,00	1,68		
				Diétás pékáru BL DIAB	533,25	127,57	4,99	0,66	0,04	25,26	0,00	0,07	1	
	Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
		Összesen:	4 414,69	1 055,42	30,87	67,09	22,35	80,75	0,01	3,31				
11/25/2025	l. oldal (06362)	Diab. 20-20-15 g CH												
			T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15	
				Pulykamell sonkás	184,80	44,21	6,80	1,12	0,37	1,68	0,00	0,85		
				Diétás pékáru BL DIAB	484,78	115,98	4,54	0,60	0,04	22,97	0,00	0,07	1	
				Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
				Kígyóborkával	19,66	4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	0,17	0,01		
			E	Tejfölös zöldbableves	171,54	41,04	1,05	2,14	0,48	4,31	0,00	0,83	1,7	
				Paprikás burgonya	729,35	174,49	5,96	9,67	2,82	15,45	0,01	0,88		
				Vegyes vágottal	66,53	15,92	0,88	0,16	0,00	2,72	0,00	0,71	15,(10),(12)	
				Mandarin	156,78	37,51	0,56	0,24	0,00	7,84	0,00	0,00		
U	Álom sonkás	184,80	44,21	6,80	1,12	0,37	1,68	0,00	0,85					
	Diétás pékáru BL DIAB	484,78	115,98	4,54	0,60	0,04	22,97	0,00	0,07	1				
	Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
		Összesen:	3 547,63	848,74	31,61	43,69	12,02	80,48	0,19	4,67				
11/26/2025	szarvas (06362)	Diab. 20-20-15 g CH												
			T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15	
				Sárgarépas sajtvarászkrémes	561,60	134,35	2,08	13,38	6,57	1,22	0,00	0,52	7	
				Diétás pékáru BL DIAB	484,78	115,98	4,54	0,60	0,04	22,97	0,00	0,07	1	
			E	Vajgaluskaleves	161,90	38,72	0,83	1,39	0,37	5,64	0,01	0,78	3,9,(7)	
				Fasírt	520,03	124,41	5,72	8,42	2,58	5,65	0,00	0,36	1,3	
				Tökfőzelékkel	292,74	70,04	1,18	3,97	0,47	7,24	0,00	0,02	15	
				Diétás pékáruval BL, ebédhez	216,15	51,71	0,30	0,08	0,01	12,26	0,75	0,01		
			U	Csirke-mellsonkás	184,80	44,21	6,80	1,12	0,37	1,68	0,00	0,85		
				Diétás pékáru BL DIAB	484,78	115,98	4,54	0,60	0,04	22,97	0,00	0,07	1	
	Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
	Jégcsapretekkel	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,26	0,02					
		Összesen:	3 463,77	828,66	26,47	43,60	14,26	80,78	1,03	2,90				
11/27/2025	csizmadia (06362)	Diab. 20-20-15 g CH												
			T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15	
				Sült húskrémes	641,93	153,57	3,55	15,05	6,78	0,80	0,00	0,53	7,10,(12)	
				Diétás pékáru BL DIAB	509,01	121,77	4,76	0,63	0,04	24,11	0,00	0,07	1	
			E	Magyaros lencsegulyás	467,32	111,80	6,41	5,08	1,24	9,96	0,00	0,22	1,7,10,(12)	
				Túrógombóc	757,35	181,18	9,59	7,99	2,81	17,52	2,17	0,37	3,7	
				Gyümölcsöntettel	55,14	11,10	0,10	0,07	0,00	2,90	0,00	0,00	15,(12)	
			U	Trapista sajt szelettel	621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97	7	
				Diétás pékáru BL DIAB	484,78	115,98	4,54	0,60	0,04	22,97	0,00	0,07	1	
				Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Kígyóborkával	19,66	4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	0,17	0,01					
		Összesen:	4 090,35	976,46	40,47	54,70	22,15	79,68	2,35	2,44				
11/28/2025	nánai (06362)	Diab. 20-20-15 g CH												
			T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15	
				Paprikás szalámis	413,11	98,83	3,92	9,16	3,22	0,06	0,00	0,80		
				Diétás pékáru BL DIAB	509,01	121,77	4,76	0,63	0,04	24,11	0,00	0,07	1	
				Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
			E	Paradicsomleves	261,22	62,49	1,02	4,18	0,30	5,29	0,00	0,28	9,15	
				Betűtészta	65,55	15,68	0,68	0,20	0,04	2,77	0,00	0,03	1,3	
				Rántott sertésszelet	507,02	121,30	8,83	7,18	1,62	5,13	0,00	0,16		
				Zöldséges bulgur	421,95	100,94	2,83	3,08	0,37	16,60	0,00	0,61	1	
				Tartármártással diab	919,15	219,89	0,68	23,71	3,62	0,68	0,00	0,11	3,7,10,15,(1),(12)	
U	Mátrai diákcsemegés	363,89	87,05	4,56	7,56	2,72	0,09	0,00	0,95					
	Diétás pékáru BL DIAB	509,01	121,77	4,76	0,63	0,04	24,11	0,00	0,07	1				
	Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
	Paprikával	36,86	8,82	0,54	0,14	0,00	1,35	0,00	0,00					
		Összesen:	5 071,38	1 213,24	32,66	84,47	19,57	80,37	0,01	3,48				

Heti étlap 2025.11.24 - 2025.11.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Natúr vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Póréhagymakarikával, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Pulykamell sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Kígyóborkával, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Sárgarépasajtváráskrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Sült húskrém[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB [1], Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Paprikás szalámis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma
		Energia: 355.70 Kcal / 1,486.83 KJ	Energia: 368.06 Kcal / 1,538.49 KJ	Energia: 330.96 Kcal / 1,383.41 KJ	Energia: 354.72 Kcal / 1,482.73 KJ	Energia: 430.10 Kcal / 1,797.82 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
		7.82 g 17.42 g 7.78 g	13.30 g 16.48 g 4.52 g	8.31 g 14.72 g 6.62 g	9.96 g 16.41 g 6.83 g	10.49 g 24.54 g 7.07 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	Karfiollevés, Borsos tokány (1), Párolt barna rizsszel	Tejfölös zöldbaleves[1,7], Paprikás burgonya , Vegyes vágottal[15,(10,12)], Mandarin	Vajgaluskaleves[3,9,(7)], Fasírt[1,3], Tökfőzelékkel[15], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Magyaros lencsegulyás[1,7,10,(12)], Túrógombóc[3,7], Gyümölcsöntettel[15,(12)]	Paradicsomleves[9,10], Betűtészta[1,3], Rántott sertésszelet, Zöldséges bulgur[1], Tartármártással
		Energia: 389.47 Kcal / 1,627.98 KJ	Energia: 261.15 Kcal / 1,091.61 KJ	Energia: 290.67 Kcal / 1,215.00 KJ	Energia: 307.09 Kcal / 1,283.64 KJ	Energia: 469.25 Kcal / 1,961.47 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
		14.17 g 23.42 g 6.17 g	8.17 g 11.18 g 3.00 g	8.67 g 14.26 g 3.73 g	16.42 g 13.42 g 4.16 g	14.04 g 32.47 g 5.05 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	Soproni felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Körte	Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Körte	Csirkemellsonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel, Körte	Trapista sajt szelettel[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Kígyóborkával, Körte	Mátrai diákcsemegés, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával, Körte
		Energia: 329.67 Kcal / 1,378.02 KJ	Energia: 225.91 Kcal / 944.30 KJ	Energia: 202.16 Kcal / 845.03 KJ	Energia: 343.99 Kcal / 1,437.88 KJ	Energia: 267.62 Kcal / 1,118.65 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
		6.45 g 26.70 g 8.39 g	6.21 g 15.25 g 4.10 g	6.61 g 12.47 g 3.35 g	12.25 g 25.63 g 11.24 g	5.03 g 20.53 g 5.98 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só

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: 17783408-5-13
 Adószám: 26215833-4-13
 Élelmiszevezető



Tételek étlap 2025.11.24. - 2025.11.30.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
11/24/2025	L. 4444 (06381)	Diab. (25-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU												
			T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15	
				Natúr vajkrém	635,04	151,92	1,00	16,00	7,73	0,80	0,00	0,01	7	
				Diétás pékáru BL DIAB	569,86	136,33	5,34	0,70	0,05	27,01	0,00	0,08	1	
				Póréhagymakarikával	61,66	14,75	0,88	0,12	0,00	2,52	0,00	0,01		
				Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
			E	Karfiollevés	163,27	38,33	1,33	1,88	0,22	4,08	0,00	0,68		
				Borsos tokány	817,07	195,47	10,83	16,06	5,30	1,66	0,00	0,55	(1)	
				Párolt barna rizzsel	650,69	155,67	2,01	5,48	0,65	24,39	0,00	0,05		
			U	Soproni felvágottas	559,78	133,92	5,48	12,32	4,58	0,12	0,00	1,68		
				Diétás pékáru BL DIAB	54,42	13,02	0,51	0,07	0,01	2,58	0,00	0,01	1	
				Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
				Körte	232,58	55,64	0,42	0,31	0,00	12,60	0,00	0,00		
Összesen:			4 495,88	1 074,84	28,44	67,54	22,34	86,36	0,01	3,29				
11/25/2025	L. 4444 (06381)	Diab. (25-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU												
			T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15	
				Pulykamell sonkás	184,80	44,21	6,80	1,12	0,37	1,68	0,00	0,85		
				Diétás pékáru BL DIAB	582,53	139,36	5,46	0,72	0,05	27,61	0,00	0,08	1	
				Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
				Kígyóborkával	19,66	4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	0,17	0,01		
				Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
			E	Tejföls zöldbableves	128,66	30,78	0,79	1,61	0,36	3,23	0,00	0,62	1,7	
				Paprikás burgonya	683,77	163,58	5,58	9,07	2,64	14,48	0,01	0,83		
				Vegyes vágottal	83,16	19,90	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,89	15,(10),(12)	
				Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
			U	Álom sonkás	147,84	35,37	5,44	0,90	0,30	1,34	0,00	0,68		
				Diétás pékáru BL DIAB	32,65	7,81	0,31	0,04	0,00	1,55	0,00	0,00	1	
	Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
	Körte	232,58	55,64	0,42	0,31	0,00	12,60	0,00	0,00					
Összesen:			3 574,36	855,12	27,68	42,91	11,62	87,05	0,19	4,38				
11/26/2025	L. 4444 (06381)	Diab. (25-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU												
			T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15	
				Sárgarépás sajtvárázskrém	561,60	134,35	2,08	13,38	6,57	1,22	0,00	0,52	7	
				Diétás pékáru BL DIAB	601,52	143,91	5,63	0,74	0,05	28,51	0,00	0,09	1	
				Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
			E	Vajgaluskaleves	185,03	44,25	0,95	1,58	0,42	6,44	0,01	0,90	3,9,(7)	
				Fasírt	594,32	142,18	6,54	9,62	2,95	6,46	0,00	0,41	1,3	
				Tökfőzelékkel	219,56	52,53	0,88	2,98	0,35	5,43	0,00	0,02	15	
				Diétás pékáruval BL, ebédhez	216,15	51,71	0,30	0,08	0,01	12,26	0,75	0,01		
			U	Csirkemellsonkás	147,84	35,37	5,44	0,90	0,30	1,34	0,00	0,68		
				Diétás pékáru BL DIAB	32,65	7,81	0,31	0,04	0,00	1,55	0,00	0,00	1	
				Liga margarinnal	424,98	101,67	0,03	11,20	3,04	0,06	0,00	0,16		
				Jégcsapretekkel	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,26	0,02		
	Körte	215,97	51,66	0,39	0,29	0,00	11,70	0,00	0,00					
Összesen:			3 443,51	823,79	23,59	41,45	13,70	86,54	1,03	2,83				
11/27/2025	L. 4444 (06381)	Diab. (25-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU												
			T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15	
				Sült húskrém	641,93	153,57	3,55	15,05	6,78	0,80	0,00	0,53	7,10,(12)	
				Diétás pékáru BL DIAB	620,52	148,45	5,81	0,76	0,05	29,41	0,00	0,09	1	
				Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
			E	Magyaros lencsegulyás	467,32	111,80	6,41	5,08	1,24	9,96	0,00	0,22	1,7,10,(12)	
				Túrógombóc	785,40	187,89	9,94	8,29	2,92	18,17	2,25	0,38	3,7	
				Gyümölcsöntettel	36,76	7,40	0,07	0,05	0,00	1,93	0,00	0,00	15,(12)	
			U	Trappista sajt szelettel	621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97	7	
				Diétás pékáru BL DIAB	32,65	7,81	0,31	0,04	0,00	1,55	0,00	0,00	1	
				Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
				Kígyóborkával	19,66	4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	0,17	0,01		
				Körte	232,58	55,64	0,42	0,31	0,00	12,60	0,00	0,00		
Összesen:			4 210,10	1 005,80	38,63	55,46	22,23	86,34	2,43	2,42				
11/28/2025	L. 4444 (06381)	Diab. (25-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU												
			T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15	
				Paprikás szalámis	413,11	98,83	3,92	9,16	3,22	0,06	0,00	0,80		
				Diétás pékáru BL DIAB	633,18	151,48	5,93	0,78	0,05	30,01	0,00	0,09	1	
				Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
				Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
			E	Paradicsomleves	261,22	62,49	1,02	4,18	0,30	5,29	0,00	0,28	9,15	
				Betűtészta	81,94	19,60	0,85	0,25	0,05	3,47	0,00	0,04	1,3	
				Rántott sertésszelet	507,02	121,30	8,83	7,18	1,62	5,13	0,00	0,16		
				Zöldséges bulgur	421,95	100,94	2,83	3,08	0,37	16,60	0,00	0,61	1	
				Tartármártással diab	689,36	164,92	0,51	17,78	2,71	0,51	0,00	0,08	3,7,10,15,(1),(12)	
			U	Mátrai diákcsomagés	291,11	69,64	3,65	6,05	2,18	0,07	0,00	0,76		
				Diétás pékáru BL DIAB	43,53	10,41	0,41	0,05	0,00	2,06	0,00	0,01	1	
	Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
	Paprikával	36,86	8,82	0,54	0,14	0,00	1,35	0,00	0,00					
	Körte	215,97	51,66	0,39	0,29	0,00	11,70	0,00	0,00					
Összesen:			4 877,98	1 166,97	29,56	77,54	18,10	86,93	0,01	3,25				