

Heti étlap 2025.12.01 - 2025.12.05.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Kakaó rizstejből, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Tonhalkrém[4], Diétás pékáru BL[1], Póréhagymakarikával			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sült paprikakrém, Diétás pékáru BL[1]			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Főtt tojáskarikával[3], Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paradicsommal			Rizstej, Mézes, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Mandarin		
		Energia: 265.95 Kcal / 1,111.67 KJ			Energia: 154.45 Kcal / 645.60 KJ			Energia: 141.28 Kcal / 590.55 KJ			Energia: 241.12 Kcal / 1,007.88 KJ			Energia: 292.02 Kcal / 1,220.64 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.32 g	15.94 g	4.05 g	0.86 g	13.06 g	3.53 g	0.17 g	12.27 g	3.33 g	5.77 g	18.94 g	5.31 g	0.87 g	16.22 g	4.03 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		29.49 g	21.42 g	0.21 g	8.18 g	6.69 g	0.21 g	7.39 g	6.69 g	0.57 g	8.07 g	6.84 g	0.39 g	34.15 g	16.29 g	0.20 g
1			1,4			1			1,3			1				
Ebéd	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Magyaros zellerleves[9], Rántott csirkemell[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez			Csontleves [9,(1)], Cérnametét[1,3], Pásztor bulgur [1], Csemege uborkával[15,(12)]			Alföldi gulyásleves, Növényi tejfölös, Főtt tésztával[1,(3)], Növényi sajt szórattal, Diétás pékáruval BL, ebédhez			Kukoricagaluska-leves[3,9], Budapest ragu[1], Párolt rizzsel			Fokhagymakrémleves[1], Pirított kenyérkockával[1], Bolognai , spagetti [1,3], Növényi sajt szórattal, Alma		
		Energia: 723.94 Kcal / 3,026.07 KJ			Energia: 357.73 Kcal / 1,495.31 KJ			Energia: 426.44 Kcal / 1,782.52 KJ			Energia: 499.80 Kcal / 2,089.16 KJ			Energia: 503.11 Kcal / 2,103.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		44.55 g	24.34 g	2.74 g	14.88 g	13.39 g	3.85 g	15.18 g	6.93 g	1.26 g	17.61 g	19.91 g	3.14 g	17.74 g	18.96 g	3.97 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		80.49 g	5.91 g	2.33 g	45.92 g	0.02 g	1.70 g	74.96 g	1.50 g	0.35 g	62.15 g	0.00 g	1.38 g	64.29 g	2.50 g	0.85 g
1,3,9			1,3,9,15,(12)			1,(3)			1,3,9			1,3				
Uzsonna	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			Vaníliás növényi túrókrém, Diétás pékáru BL[1]			Zala felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL[1]			növényi sajtos pogácsa- TündérManna		
		Energia: 158.20 Kcal / 661.28 KJ			Energia: 16.98 Kcal / 70.98 KJ			Energia: 170.89 Kcal / 714.32 KJ			Energia: 49.49 Kcal / 206.87 KJ			Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		4.78 g	14.35 g	3.91 g	0.06 g	0.39 g	0.00 g	3.00 g	17.21 g	5.12 g	0.25 g	4.80 g	4.20 g	0.70 g	17.10 g	9.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		2.31 g	0.00 g	0.66 g	3.27 g	3.02 g	0.00 g	0.80 g	0.09 g	0.61 g	1.45 g	0.00 g	0.32 g	34.20 g	1.50 g	1.40 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 fő kód ; 802 diétás korcsoportos kód

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén

4-hal

7-tejtermék,laktóz

10-mustár

13-csillagfűrt

16-édesgyökér

2-rák

5-földimogyoró

8-diófélék

11-szezám

14-puhatestűek

1/1

15-gasztrosztes édesítőszer

3-4-édes

6-szója

9-zeller

12-kéndioxid-szulfít

Quadro Byte Zrt

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Danubia Kft.

2730 Alberti út, Pesti út 65.

Csoportos adószám: 17783403-5-13

Változat: 2024.08.23-4-13

Élelmiszer

2023.10.25 7:52:46 | QB - Élelem



Táplálék táblázat 2025.12.01. – 2025.12.07.												
	Dátum	Étkezés	Összesítő	Összesítő	Összesítő	Összesítő	Összesítő	Összesítő	Összesítő	Összesítő	Összesítő	
			Összesítő	Összesítő	Összesítő	Összesítő	Összesítő	Összesítő	Összesítő	Összesítő	Összesítő	
12/1/2025	05302	Tél és rozslisztermentes 4-6	R	Almálé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00
			R	Fokhagymás felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84
			T	Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1
			T	Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20
			T	Kakao rizstestből	577,57	138,17	0,25	1,94	0,25	29,26	21,42	0,01
			T	Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1
			T	Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20
			E	Magyaros zellerleves	246,35	58,94	0,67	4,80	0,54	4,03	0,01	53,9
				Rántott csirkemell	1 583,40	378,80	35,46	13,04	1,48	29,87	0,00	1,84 1,3
				Zoldborsófőzeléssel	764,04	182,78	7,82	6,35	0,70	23,08	4,40	0,14 1
			U	Diétás pékáruval BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02
			U	Szendvics sonkás	108,70	26,01	4,44	0,28	0,11	1,40	0,00	0,46
			U	Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1
			U	Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20
12/2/2025	05302	Tél és rozslisztermentes 4-6	V	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
			V	Paprikás burgonya	1 299,16	310,80	10,61	17,23	5,02	27,51	0,01	1,57
			V	Csemege uborkával	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96 15,(12)
				Összesen:	6 973,89	1 686,42	63,41	92,16	21,83	143,34	29,35	6,77
			R	Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			R	Pulykamell sonkás	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43
			T	Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1
			T	Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20
			T	Csajkebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00
			T	Tonhalkrém	499,42	119,48	0,39	13,00	3,53	0,08	0,00	0,20 4
			T	Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1
			E	Pöréghagymakarikával	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,01
			E	Cionleves	81,80	19,57	0,85	0,56	0,03	2,78	0,02	0,51 9,(1)
12/3/2025	05302	Tél és rozslisztermentes 4-6	E	Csémmezellet	98,32	23,52	1,02	0,30	0,05	4,16	0,00	0,04 1,3
			U	Pásztor bulgur	1 292,16	309,13	12,77	12,49	3,77	37,94	0,00	0,19 1
			U	Csemege uborkával	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96 15,(12)
			U	Vaníliaos növényi túrókrém	68,09	16,29	0,03	0,39	0,00	3,12	3,02	0,00
			U	Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1
			V	Almálé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00
			V	Melegszendvics	2 031,62	486,03	18,80	16,36	4,54	65,32	0,00	1,05 1
				Összesen:	4 908,70	1 174,36	38,17	57,86	15,93	125,97	11,74	3,59
			R	Almálé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00
			R	Sós növényi túrókrém	13,65	3,27	0,03	0,30	0,00	0,09	0,02	0,49
			T	Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1
			T	Csajkebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00
			T	Sült paprikakrém	475,20	113,69	0,14	12,27	3,33	0,55	0,00	0,57
			T	Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1
			E	Áltódi gulyásleves	353,42	84,55	7,38	2,55	0,88	7,80	0,00	0,21
12/4/2025	05302	Tél és rozslisztermentes 4-6	E	Növényi tejfőrt	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			U	Főtt tésztával	961,06	229,92	7,20	3,54	0,36	42,05	0,00	0,12 (3)
			U	Növényi sajt szórattal	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00
			U	Diétás pékáruval BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02
			U	Zala felvágottas	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40
			U	Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1
			U	Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20
			U	Kgyyuborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01
			V	Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			V	Gyros tál	46,72	11,18	1,05	0,64	0,50	0,41	0,17	(1),(10)
			V	Vegafőltös öntettel	161,06	38,53	0,69	0,12	0,03	8,55	6,00	0,81
			V	Vegafőltös öntettel	4,72	1,13	0,04	0,02	0,00	0,22	0,00	0,04
			V	Vegafőltös öntettel	413,20	98,85	2,88	0,23	0,00	21,20	0,00	0,01
				Összesen:	3 768,33	901,54	23,17	37,82	10,26	115,98	16,48	3,19
12/5/2025	05302	Tél és rozslisztermentes 4-6	R	Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			R	Baracklevélleves	109,63	26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	6,30	0,00 (12)
			T	Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1
			T	Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20
			T	Csajkebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00
			T	Főtt tojáskarikával	342,99	82,06	5,50	4,90	1,50	3,15	0,15	0,18 3
			T	Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1
			T	Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20
			E	Paradicsommal	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01
			E	Kukorica galuska-leves	214,70	50,46	1,14	2,72	0,34	5,47	0,00	0,18 3,9
			E	Budapest ragu	560,75	134,03	11,11	7,77	1,71	4,78	0,00	0,83 1
			E	Párolt rizsszel	1 318,00	315,31	5,36	9,42	1,09	51,90	0,00	0,37
			U	Növényi szendvicskrém	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32
			U	Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1
			V	Almálé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00
12/6/2025	05302	Tél és rozslisztermentes 4-6	V	Vadás sertésragu	776,49	185,77	9,43	14,19	4,52	4,81	0,50	0,64 1,9,10,(12)
			V	Szarvascska tésztával	1 280,89	306,43	12,24	6,27	0,96	49,89	0,00	0,56 1,3
				Összesen:	6 048,01	1 445,90	45,53	78,21	21,95	135,25	15,65	3,49
			R	Almálé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00
			R	Növényi szendvicskrém	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32
			T	Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1
			T	Rizstest	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00
			T	Mézes	139,49	33,37	0,04	0,00	0,00	8,26	8,26	0,00
			T	Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1
			T	Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20
			T	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00
			E	Fokhagymakrémleves	158,05	37,81	0,60	2,39	0,29	3,45	0,00	0,10 1
			E	Prótot kenyérfocikával	64,87	15,52	0,59	0,06	0,02	3,14	0,00	0,00 1
			U	Bolognai	581,31	139,07	6,16	9,67	2,83	6,69	2,50	0,35
12/7/2025	05302	Tél és rozslisztermentes 4-6	U	spagetti	1 044,91	249,98	9,79	5,55	0,83	39,91	0,00	0,04 1,3
			U	Növényi sajt szórattal	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00
			U	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02
			U	növényi sajtos pogácsa-TünderManna	1 242,00	297,13	0,70	17,10	9,30	34,20	1,50	1,40
			U	Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			U	Fasírt	1 485,80	355,45	16,34	24,06	7,37	16,14	0,00	1,02 1,3
			U	Tokfőzeléssel	514,46	123,08	2,36	6,12	0,72	14,37	0,50	0,04 1
				Összesen:	6 811,49	1 629,56	38,36	87,36	29,61	166,81	22,80	3,83
			R	Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			R	Zöldfőztes növényi szendvicskrém	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32

Heti étlap 2025.12.01.- 2025.12.05.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(05392) Tej, alma-, padlizsán,majoné zM 4-6	Kakaó rizstejből, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Tonhalkrémes[4], Diétás pékáru BL[1], Póréhagymarikával	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sült paprikakrémes, Diétás pékáru BL[1]	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Főtt tojáskarikával[3], Diétás pékáru BL[1], Liga	Rizstej, Mézes, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Mandarin
		Energia: 265.95 Kcal / 1,111.67 KJ	Energia: 154.45 Kcal / 645.60 KJ	Energia: 141.28 Kcal / 590.55 KJ	Energia: 241.12 Kcal / 1,007.88 KJ	Energia: 292.02 Kcal / 1,220.64 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.32 g15.94 g4.05 g	0.86 g13.06 g3.53 g	0.17 g12.27 g3.33 g	5.77 g18.94 g5.31 g	0.87 g16.22 g4.03 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	(05392) Tej, alma-, padlizsán,majoné zM 4-6	Magyaros zellerleves[9], Rántott csirkemell[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Csontleves [9,(1)], Cérametét[1,3], Pásztor bulgur [1], Csemege uborkával[15,(12)]	Alföldi gulyásleves, Növényi tejfölös, Főtt tésztával[1,(3)], Növényi sajt szóráttal, Diétás pékáruval BL, ebédhez	Kukoricagaluska-leves[3,9], Budapest ragu[1], Párolt rizzzel	Fokhagymakrémléves[1], Pirított kenyérkockával[1], Bolognai , spagetti [1,3], Növényi sajt szóráttal, Körte
		Energia: 723.94 Kcal / 3,026.07 KJ	Energia: 357.73 Kcal / 1,495.31 KJ	Energia: 426.44 Kcal / 1,782.52 KJ	Energia: 499.80 Kcal / 2,089.16 KJ	Energia: 530.42 Kcal / 2,217.16 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		44.55 g24.34 g2.74 g	14.88 g13.39 g3.85 g	15.18 g6.93 g1.26 g	17.61 g19.91 g3.14 g	17.74 g18.81 g3.97 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	(05392) Tej, alma-, padlizsán,majoné zM 4-6	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Vaníliás növényi túrókrémes, Diétás pékáru BL[1]	Zala felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Növényi szendvicsskrémes, Diétás pékáru BL[1]	növényi sajtos pogácsa-TündérManna
		Energia: 158.20 Kcal / 661.28 KJ	Energia: 16.98 Kcal / 70.98 KJ	Energia: 170.89 Kcal / 714.32 KJ	Energia: 49.49 Kcal / 206.87 KJ	Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		4.78 g14.35 g3.91 g	0.06 g0.39 g0.00 g	3.00 g17.21 g5.12 g	0.25 g4.80 g4.20 g	0.70 g17.10 g9.30 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

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén	4-hal	7-tejtermék,laktóz	10-mustár	13-csillagfűrt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-májszékéscukor	
Quadro Byte Zrt				Oldalak	

Jó étvágyat kívánunk!
eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirózsa, Pesti út 65.
 Csoportos adózás: 17783408-5-13
 Adószám: 26215893-4-13
 Élelmiszevezető

2023.10.25 9:47:25 | QB - Élelem

Tételes étlap 2025.12.01. - 2025.12.07.												
	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
12/1/2025	Laktóz (05392)	Tej, alma-, padlizsán,majonézM 4-										
		T Kakaó rizstejből	577,57	138,17	0,25	1,94	0,25	29,26	21,42	0,01		
		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 Magyaros zellerleves	246,35	58,94	0,67	4,80	0,54	3,03	0,01	0,33	9	
		Rántott csirkemell	1 583,40	378,80	35,46	13,04	1,48	29,87	0,00	1,84	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 Szendvics sonkás	108,70	26,01	4,44	0,28	0,11	1,40	0,00	0,46		
		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:	4 798,95	1 148,09	49,65	54,63	10,70	112,29	27,33	3,20		
12/2/2025	Laktóz (05392)	Tej, alma-,										
		T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00		
		Tonhalkrém	499,42	119,48	0,39	13,00	3,53	0,08	0,00	0,20	4	
		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		
		E Csontleves	81,80	19,57	0,85	0,56	0,03	2,78	0,02	0,51	9,(1)	
		Cénametélttel	98,32	23,52	1,02	0,30	0,05	4,16	0,00	0,04	1,3	
		Pásztor bulgur	1 292,16	309,13	12,77	12,49	3,77	37,94	0,00	0,19	1	
		Csemege uborkával	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96	15,(12)	
		U 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	
		Összesen:	2 211,81	529,16	15,80	26,84	7,38	57,37	9,73	1,91		
12/3/2025	Glutén (05392)	Tej, alma-, padlizsán,majonézM 4-6										
		T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00		
		Sült paprikakrém	475,20	113,69	0,14	12,27	3,33	0,55	0,00	0,57		
		Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
		E Alföldi gulyásleves	353,42	84,55	7,38	2,55	0,88	7,80	0,00	0,21		
		Növényi tejfölös	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Főtt tésztával	961,06	229,92	7,20	3,54	0,36	42,05	0,00	0,12	1,(3)	
		Növényi sajt szórattal	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00		
		Diétás pékáruval BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02		
		U 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		
		Kigyóborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01		
		Összesen:	3 087,33	738,61	18,35	36,41	9,71	83,15	8,28	1,53		
12/4/2025	Glutén (05392)	Tej, alma-,										
		T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00		
		Főtt tojáskarikával	342,99	82,06	5,50	4,90	1,50	0,35	0,15	0,18	3	
		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		
		E Kukoricagaluska-leves	214,70	50,46	1,14	2,72	0,34	5,47	0,00	0,18	3,9	
		Budapest ragu	560,75	134,03	11,11	7,77	1,71	4,78	0,00	0,83	1	
		Párolt rizzzel	1 318,00	315,31	5,36	9,42	1,09	51,90	0,00	0,37		
		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	
		Összesen:	3 308,13	790,41	23,63	43,65	12,65	71,67	6,84	2,09		
12/5/2025	Glutén (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		
		Mézes	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		
		Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
		E Fokhagymakrémleves	158,05	37,81	0,60	2,39	0,29	3,45	0,00	0,10	1	
		Pirított kenyérkockával	64,87	15,52	0,59	0,06	0,02	3,14	0,00	0,00	1	
		Bolognai	581,31	139,07	6,16	9,67	2,83	6,69	2,50	0,33		
		spagetti	1 044,91	249,98	9,79	5,55	0,83	39,91	0,00	0,40	1,3	
		Növényi sajt szórattal	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00		
		Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01		
		U növényi sajtos pogácsa-TündérManna	1 242,00	297,13	0,70	17,10	9,30	34,20	1,50	1,40		
		Összesen:	4 679,74	1 119,57	19,31	52,13	17,30	140,14	20,29	2,44		

Heti étlap 2025.12.01 - 2025.12.05.

 Tízórai		5572 Tej,tojás,rozsmment es 4-6 éves	hétfő Kakaó rizstejből, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	kedd Csipkebogyó tea citrom nélkül, Tonhalkrém[4], Diétás pékáru BL[1], Póréhagymakarikával	szerda Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sült paprikakrém, Diétás pékáru BL[1]	csütörtök Csipkebogyó tea citrom nélkül, Mátrai diákcsemegés, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paradicsommal	péntek Rizstej, Mézes, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Mandarin
			Energia: 265.95 Kcal / 1,111.67 KJ	Energia: 154.45 Kcal / 645.60 KJ	Energia: 141.28 Kcal / 590.55 KJ	Energia: 202.59 Kcal / 846.83 KJ	Energia: 292.02 Kcal / 1,220.64 KJ
			FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír
			0.32 g15.94 g4.05 g	0.86 g13.06 g3.53 g	0.17 g12.27 g3.33 g	2.55 g17.82 g5.17 g	0.87 g16.22 g4.03 g
			SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
			29.49 g21.42 g0.21 g	8.18 g6.69 g0.21 g	7.39 g6.69 g0.57 g	7.77 g6.69 g0.69 g	34.15 g16.29 g0.20 g
			1	1,4	1	1	1

Ebéd		5572 Tej,tojás,rozsmment es 4-6 éves	 Magyaros zellerleves[9], Rántott csirkemell, Zöldborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez	 Csontleves [9,(1)], Levesbetét, Pásztor bulgur [1], Csemege uborkával[15,(12)]	 Alföldi gulyásleves, Növényi tejfölös, Főtt tésztával, Növényi sajt szórattal, Diétás pékáruval BL, ebédhez	 Kukoricagaluska-leves TOGM[9], Budapest ragu[1], Párolt rizzsel	 Fokhagymakrémleves[1], Pirított kenyérkockával[1], Bolognai , Főtt tésztával, Növényi sajt szórattal, Alma
			Energia: 649.07 Kcal / 2,713.11 KJ	Energia: 355.10 Kcal / 1,484.32 KJ	Energia: 433.28 Kcal / 1,811.11 KJ	Energia: 493.61 Kcal / 2,063.29 KJ	Energia: 489.89 Kcal / 2,047.74 KJ
			FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír
			35.68 g23.30 g2.47 g	14.10 g13.21 g3.81 g	10.28 g8.55 g1.45 g	17.37 g19.26 g3.05 g	10.25 g18.57 g3.69 g
			SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
			72.86 g5.91 g1.80 g	46.38 g0.32 g1.67 g	77.26 g4.38 g0.29 g	62.02 g0.00 g1.37 g	68.73 g5.38 g0.51 g
			1,9	1,9,15,(12)	1,9	1	1

Uzsonna		5572 Tej,tojás,rozsmment es 4-6 éves	 Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	 Vaníliás növényi túrókrém, Diétás pékáru BL[1]	 Zala felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	 Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL[1]	 növényi sajtos pogácsa-TündérManna
			Energia: 158.20 Kcal / 661.28 KJ	Energia: 16.98 Kcal / 70.98 KJ	Energia: 170.89 Kcal / 714.32 KJ	Energia: 49.49 Kcal / 206.87 KJ	Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ
			FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír	FehérjeZsírT.Zsír
			4.78 g14.35 g3.91 g	0.06 g0.39 g0.00 g	3.00 g17.21 g5.12 g	0.25 g4.80 g4.20 g	0.70 g17.10 g9.30 g
			SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
			2.31 g0.00 g0.66 g	3.27 g3.02 g0.00 g	0.80 g0.09 g0.61 g	1.45 g0.00 g0.32 g	34.20 g1.50 g1.40 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,1: 10-mustár	13-csillagfűrt	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.
Csoportos adószám: 17783408-5-10
Adószám: 202156334413
Élelmezésvezető

2023.02.24 10:53:17 | QB - Élelem

Tételes étlap 2025.12.01. - 2025.12.07.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
12/1/2025	lakóköz. (05572)	Tej,tójas,rozsmentes4-6	R Almalé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00		
			Fokhagymás 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 Kakaó rizstejből	577,57	138,17	0,25	1,94	0,25	29,26	21,42	0,01		
			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 Magyaros zellerfeles	246,35	58,94	0,67	4,80	0,54	3,03	0,01	0,33	9	
			Rántott csirkemell	1 270,41	303,93	26,59	12,00	1,21	22,24	0,00	1,31		
			Zoldborsófőzelékkel	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 Szendvics sonkás	108,70	26,01	4,44	0,28	0,11	1,40	0,00	0,46		
			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		
			Paprikás burgonya	1 299,16	310,80	10,61	17,23	5,02	27,51	0,01	1,57		
Csemege uborkával	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96	15,(12)				
			Összesen:	6 660,90	1 593,55	54,54	91,12	21,56	135,71	29,35	6,24		
12/2/2025	lakóköz. (05572)	Tej,tójas,rozsmentes4-6	R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Pulykamell sonkás	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		
			T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00		
			Tonhalkrém	499,42	119,48	0,39	13,00	3,53	0,08	0,00	0,20	4	
			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 Csontleves	81,80	19,57	0,85	0,56	0,03	2,78	0,02	0,51	9,(1)	
			Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01		
			Pásztor bulgur	1 292,16	309,13	12,77	12,49	3,77	37,94	0,00	0,19	1	
			Csemege uborkával	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96	15,(12)	
			U Vanília 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	
			V Almalé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00		
			Melegszendvics	2 031,62	486,03	18,80	16,36	4,54	65,32	0,00	1,05	1	
						Összesen:	4 897,68	1 171,73	37,39	57,68	15,89	126,43	12,04
12/3/2025	lakóköz. (05572)	Tej,tójas,rozsmentes4-6	R Almalé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	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 Csipkebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00		
			Sült paprikakrém	475,20	113,69	0,14	12,27	3,33	0,55	0,00	0,57		
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
			E Alföldi gulyásleves	353,42	84,55	7,38	2,55	0,88	7,80	0,00	0,21		
			Növényi tejfőlés	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Főtt tésztával	989,64	236,76	2,30	5,16	0,55	44,35	2,88	0,06		
			Növényi sajt szóráttal	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00		
			Diétás pékáruval BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02		
			U 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		
			Kigyóborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01		
			V Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Gyros tál	46,72	11,18	1,05	0,64	0,50	0,41	0,17	0,31	(1),(10)	
	161,06	38,53	0,69	0,12	0,03	8,55	6,00	0,81					
Vegafőlés öntettel	4,72	1,13	0,04	0,02	0,00	0,22	0,00	0,04					
	413,20	98,85	2,88	0,23	0,00	21,20	0,00	0,01					
			Összesen:	3 796,91	908,38	18,27	39,44	10,45	118,28	19,36	3,13		
12/4/2025	lakóköz. (05572)	Tej,tójas,rozsmentes4-6	R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Baracklekváros	109,63	26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	6,30	0,00	(12)	
			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 citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00		
			Mátrai diákcsemege	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		
			Paradicsommal	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01		
			E Kukoricagatóska-leves TOGM	185,03	44,27	0,90	2,07	0,25	5,34	0,00	0,17	9	
			Budapest ragu	560,75	134,03	11,11	7,77	1,71	4,78	0,00	0,83	1	
			Párolt rizssel	1 318,00	315,31	5,36	9,42	1,09	51,90	0,00	0,37		
			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	
			V Almalé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00		
			Vadas sertésragu	776,49	185,77	9,43	14,19	4,52	4,81	0,50	0,64	1,9,10,(12)	
			Főtt tésztával	989,94	236,83	2,30	5,17	0,62	44,35	2,88	0,14		
			Összesen:	5 566,35	1 331,58	32,13	75,34	21,38	129,28	18,38	3,36		
12/5/2025	lakóköz. (05572)	Tej,tójas,rozsmentes4-6	R Almalé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	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		
			Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
			E Fokhagymakrémléves	158,05	37,81	0,60	2,39	0,29	3,45	0,00	0,10	1	
			Pirított kenyérkockával	64,87	15,52	0,59	0,06	0,02	3,14	0,00	0,00	1	
			Bolognai	581,31	139,07	6,16	9,67	2,83	6,69	2,50	0,33		
			Főtt tésztával	989,64	236,76	2,30	5,16	0,55	44,35	2,88	0,06		
			Növényi sajt szóráttal	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00		
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
			U növényi sajtos pogácsa-TünderManna	1 242,00	297,13	0,70	17,10	9,30	34,20	1,50	1,40		
			V Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			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				
			Összesen:	6 568,69	1 571,48	32,23	88,70	30,69	156,65	25,68	2,84		

Heti étlap 2025.12.01 - 2025.12.05.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(05902) Gluténmentes4-6	Tehéntej 1,5%[7], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sajtos tonhalkrém[4,7], Gluténmentes pékáru, Póréhagymakarikával	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sült paprikakrém[7], Gluténmentes pékáru	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Főtt tojáskarikával[3], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paradicsommal	Tehéntej 1,5%[7], Mézes, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Mandarin
		Energia: 370.64 Kcal / 1,549.28 KJ	Energia: 251.46 Kcal / 1,051.10 KJ	Energia: 241.85 Kcal / 1,010.93 KJ	Energia: 386.43 Kcal / 1,615.28 KJ	Energia: 450.90 Kcal / 1,884.76 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		10.51 g18.02 g5.63 g	6.13 g7.84 g4.19 g	4.18 g8.02 g3.59 g	9.38 g19.94 g5.51 g	11.25 g18.32 g5.63 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		38.23 g0.40 g0.82 g	35.83 g7.09 g0.62 g	35.02 g7.09 g0.60 g	35.42 g7.24 g0.74 g	56.29 g8.66 g0.82 g
		7	4,7	7	3	7
Ebéd	(05902) Gluténmentes4-6	Magyaros zellerleves[9], Rántott csirkemell, Zöldborsófőzelékkel[7], GM pékáruval, ebédhez	Csontleves [9], Levesbetét, Pásztor köles GM, Csemege uborkával[15,(12)]	Alföldi gulyásleves, Tejfölös[7], Főtt tésztával, Reszelt trapista sajttal[7], GM pékáruval, ebédhez	Kukoricagaluska-leves TOGM[9], Budapest ragu, Párolt rizsszel	Fokhagymakrémleves, Kölesgolyóval, Bolognai [15], Főtt tésztával, Reszelt trapista sajttal[7], Alma
		Energia: 633.44 Kcal / 2,647.78 KJ	Energia: 388.23 Kcal / 1,622.80 KJ	Energia: 644.81 Kcal / 2,695.31 KJ	Energia: 505.00 Kcal / 2,110.90 KJ	Energia: 640.96 Kcal / 2,679.21 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		36.47 g20.32 g2.31 g	14.79 g16.62 g5.01 g	19.81 g26.24 g10.72 g	17.99 g19.28 g2.97 g	21.30 g31.11 g10.04 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		74.93 g6.53 g1.64 g	44.11 g0.30 g1.75 g	80.54 g4.38 g0.95 g	64.17 g0.00 g1.37 g	67.73 g3.01 g1.15 g
		7,9	9,15,(12)	7	9	7,15
Uzsonna	(05902) Gluténmentes4-6	Szendvics sonkás, Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru, Paprikával	Vaníliás túrókrém[7,(12)], Gluténmentes pékáru	Zala felvágottas, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Natúr kockasajttal[7], Gluténmentes pékáru	növényi sajtos pogácsa- TündérManna
		Energia: 303.51 Kcal / 1,268.67 KJ	Energia: 211.26 Kcal / 883.07 KJ	Energia: 316.20 Kcal / 1,321.72 KJ	Energia: 296.62 Kcal / 1,239.87 KJ	Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		8.39 g15.35 g4.11 g	9.05 g3.83 g1.74 g	6.61 g18.21 g5.32 g	12.00 g13.50 g7.64 g	0.70 g17.10 g9.30 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		29.66 g0.40 g1.01 g	31.97 g3.40 g0.37 g	28.15 g0.49 g0.96 g	28.50 g0.40 g1.75 g	34.20 g1.50 g1.40 g
			7,(12)	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-csillagfürt
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer
Quadro Byte Zrt			14,1	Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Cégadatok: Adószám: 17783408-5-11
 Adószám: 26215833-4-13
Élelmiszervezető

2023.02.23 11:10:24 | QB - Élelem

Teljes étáp 2025.12.01. - 2025.12.07.												
	Dátum	Étáp leírás	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
12/1/2025	12.12.01 (05902)	R Almalé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00		
		Fokhagymás 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 Tehéntej 1,5%	407,75	97,55	6,83	3,02	1,63	10,65	0,00	0,27	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		
		E Magyaros zellerleves	181,88	43,51	0,84	2,51	0,29	4,21	0,00	0,13	9	
		Rántott csirkemell	1 270,41	303,93	26,59	12,00	1,21	22,24	0,00	1,31		
		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		
		U Szendvics sonkás	108,70	26,01	4,44	0,28	0,11	1,40	0,00	0,46		
		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		
12/2/2025	12.12.02 (05902)	V Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Paprikás burgonya	1 299,16	310,80	10,61	17,23	5,02	27,51	0,01	1,57		
		Csemege uborkával	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96	15,(12)	
		Összesen:	8 248,01	1 973,23	72,74	92,22	23,38	201,22	9,75	7,39		
		R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Pulykamell sonkás	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		
		T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00		
		Sajtos tonhalkrémés	297,51	71,18	2,05	6,78	3,99	0,38	0,00	0,26	4,7	
		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 Csontleves	80,44	19,25	0,89	0,51	0,01	2,72	0,00	0,17	9	
		Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01		
		12/3/2025	12.12.03 (05902)	Pásztor köles GM	1 431,99	342,58	13,42	15,95	4,99	35,73	0,00	0,61
Csemege uborkával	23,02			5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96	15,(12)	
U Vaníliaos túrókrémés	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		
V Almalé 100%	38,79			9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00		
Melegszendvics	2 492,87			596,38	9,24	16,64	4,23	100,60	6,00	1,13		
Összesen:	7 322,46			1 751,81	46,39	60,59	19,38	243,14	19,20	4,85		
R Almalé 100%	38,79			9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	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 Csipkebogyó tea citrom nélkül	112,45			26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00		
Sült paprikakrémés	288,22			68,95	0,54	7,02	3,39	0,83	0,00	0,25	7	
Gluténmentes pékáru	610,28			146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35		
E Alföldi gulyásleves	445,37			106,55	7,44	4,89	1,15	7,96	0,00	0,16		
Tefőléves	379,91			90,89	1,99	7,81	4,39	3,05	0,00	0,10	7	
12/4/2025	12.12.04 (05902)	Főtt tésztával	989,64	236,76	2,30	5,16	0,55	44,35	2,88	0,06		
		Reszelt trapista sajttal	448,06	107,19	7,48	8,23	4,61	0,67	0,00	0,61	7	
		GM pékáruval, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02		
		U 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		
		Kigyóborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01		
		V Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Gyros tál	46,72	11,18	1,05	0,64	0,50	0,41	0,17	0,31	(1),(10)	
			161,06	38,53	0,69	0,12	0,03	8,55	6,00	0,81		
			121,02	28,95	1,51	1,57	0,84	2,20	0,00	0,17	7	
			413,20	98,85	2,88	0,23	0,00	21,20	0,00	0,01		
		Összesen:	6 695,38	1 601,76	47,27	56,33	21,33	214,98	20,54	4,76		
		R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Baracklekváros	109,63	26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	6,30	0,00	(12)	
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				
Főtt tojásokkal	342,99	82,06	5,50	4,90	1,50	0,35	0,15	0,18	3			
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				
Paradiscommal	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01				
E Kukoricagaluska-leves TOGM	185,03	44,27	0,90	2,07	0,25	5,34	0,00	0,17	9			
Budapest ragu	608,37	145,42	11,73	7,79	1,63	6,93	0,00	0,83				
Párolt rizssel	1 318,00	315,31	5,36	9,42	1,09	51,90	0,00	0,37				
U Natúr kockasajttal	629,58	150,62	8,36	12,50	7,44	1,00	0,00	1,40	7			
Gluténmentes pékáru	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35				
V Almalé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00				
Vadas sertésragu	776,84	185,85	9,29	14,16	4,51	5,03	0,50	0,64	9,10,(12)			
Főtt tésztával	989,64	236,76	2,30	5,16	0,55	44,35	2,88	0,14				
Összesen:	8 022,91	1 919,26	54,80	87,14	25,20	213,70	19,73	5,19				
12/5/2025	12.12.05 (05902)	R Almalé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00		
		Magyaros vajkrémés	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	
		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		
		Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
		E Fokhagymakrémléves	158,10	37,82	0,52	2,48	0,31	3,31	0,00	0,10		
		Kölesgolyóval	88,86	21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,13	0,00		
		Bolognai	776,41	185,75	9,62	14,44	4,53	4,10	0,00	0,36	15	
		Főtt tésztával	989,64	236,76	2,30	5,16	0,55	44,35	2,88	0,06		
		Reszelt trapista sajttal	448,06	107,19	7,48	8,23	4,61	0,67	0,00	0,61	7	
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		U növényi sajtos pogácsa-TünderManna	1 242,00	297,13	0,70	17,10	9,30	34,20	1,50	1,40		
V Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
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			
Összesen:	8 817,59	2 109,49	55,20	107,88	38,36	217,64	16,53	4,50				

Heti étlap 2025.12.01 - 2025.12.05.

 Tízórai	(06002) Glutén,tej,tojás,cm ,OM,szója4-6	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Rizstej, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Tonhalkrémés[4], Gluténmentes pékáru, Póréhagymakarikával			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sült paprikakrémés, Gluténmentes pékáru			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Mátrai diákcsemegés, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paradicsommal			Rizstej, Pulykamell sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Szilva		
		Energia: 357.07 Kcal / 1,492.55 KJ			Energia: 299.76 Kcal / 1,253.00 KJ			Energia: 286.59 Kcal / 1,197.95 KJ			Energia: 347.90 Kcal / 1,454.22 KJ			Energia: 417.92 Kcal / 1,746.91 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.74 g	16.92 g	4.23 g	4.47 g	14.06 g	3.73 g	3.78 g	13.27 g	3.53 g	6.16 g	18.82 g	5.37 g	7.94 g	18.48 g	4.42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		43.44 g	8.43 g	0.55 g	35.53 g	7.09 g	0.56 g	34.74 g	7.09 g	0.92 g	35.12 g	7.09 g	1.04 g	50.28 g	8.43 g	0.99 g
4																
Ebéd	(06002) Glutén,tej,tojás,cm ,OM,szója4-6	Magyaros zellerleves[9], Rántott csirkemell, Zöldborsófőzelékkel, GM pékáruval, ebédhez			Csontleves [9], Levesbetét, Pásztor köles GM, Csemege uborkával[15,(12)]			Alföldi gulyásleves, Növényi tejfölös, Főtt tésztával, Növényi sajt szóráttal, GM pékáruval, ebédhez			Kukoricagaluska-leves TOGM[9], Budapest ragu, Párolt rizzsel			Fokhagymakrémleves, Kölesgolyóval, Bolognai [15], Főtt tésztával, Növényi sajt szóráttal, Alma		
		Energia: 621.21 Kcal / 2,596.66 KJ			Energia: 388.23 Kcal / 1,622.80 KJ			Energia: 455.28 Kcal / 1,903.07 KJ			Energia: 504.90 Kcal / 2,110.48 KJ			Energia: 542.32 Kcal / 2,266.90 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		35.61 g	19.94 g	2.10 g	14.79 g	16.62 g	5.01 g	10.34 g	10.89 g	1.72 g	18.07 g	19.35 g	2.97 g	13.82 g	23.57 g	5.43 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		73.59 g	6.53 g	1.60 g	44.11 g	0.30 g	1.75 g	77.42 g	4.38 g	0.24 g	63.90 g	0.00 g	1.38 g	67.66 g	3.01 g	0.54 g
		9			9,15,(12)			9			15					
Uzsonna	(06002) Glutén,tej,tojás,cm ,OM,szója4-6	Szendvics sonkás, Liga margarinnal, Gluténmentes pékáru, Paprikával			Vaníliás köleskrémés, Gluténmentes pékáru			Zala felvágottas, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Kígyóborkával			Növényi szendvicskrémés, Gluténmentes pékáru			növényi sajtos pogácsa- TündérManna		
		Energia: 303.51 Kcal / 1,268.67 KJ			Energia: 232.90 Kcal / 973.52 KJ			Energia: 316.20 Kcal / 1,321.72 KJ			Energia: 194.80 Kcal / 814.26 KJ			Energia: 297.13 Kcal / 1,242.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8.39 g	15.35 g	4.11 g	4.43 g	1.52 g	0.31 g	6.61 g	18.21 g	5.32 g	3.86 g	5.80 g	4.40 g	0.70 g	17.10 g	9.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		29.66 g	0.40 g	1.01 g	47.10 g	11.19 g	0.35 g	28.15 g	0.49 g	0.96 g	28.80 g	0.40 g	0.67 g	34.20 g	1.50 g	1.40 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,la	10-mustár	13-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Teljes étaj 2025.12.01. - 2025.12.07.													
	Dátaj		Étaji tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírjav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
12/1/2025	12.01.01 (06002)	Glutén, tej, tojás, OM, szójaj4-6	R Almalé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00		
			Fokhagymás felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
			Gluténmentes pékárú	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 Rizstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00		
			Gluténmentes pékárú	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		
			E Magyaros zellerleves	181,88	43,51	0,84	2,51	0,29	4,21	0,00	0,13	9	
			Rántott csirkemell	1 270,41	303,93	26,59	12,00	1,21	22,24	0,00	1,31		
			Zöldborsófőzelékkel	712,06	170,35	7,58	5,28	0,58	22,63	5,03	0,14		
			GM pékárúval, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02		
			U Szendvics sonkás	108,70	26,01	4,44	0,28	0,11	1,40	0,00	0,46		
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
			Gluténmentes pékárú	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35		
V Paprikával	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					
Paprikás burgonya	1 299,16	310,80	10,61	17,23	5,02	27,51	0,01	1,57					
Csemege uborkával	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96	15,(12)				
		Összesen:	8 140,18	1 947,43	65,11	90,74	21,77	205,09	17,78	7,08			
12/2/2025	12.01.02 (06002)	Glutén, tej, tojás, OM, szójaj4-6	R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Pulykamell sonkás	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43		
			Gluténmentes pékárú	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 Csiskebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00		
			Tonhalkrém	499,42	119,48	0,39	13,00	3,53	0,08	0,00	0,20	4	
			Gluténmentes pékárú	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35		
			Póréahagymakarikával	30,83	7,38	0,44	0,06	0,00	1,26	0,00	0,01		
			E Csontleves	80,44	19,25	0,89	0,51	0,01	2,72	0,00	0,17	9	
			Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01		
			Pásztor köles GM	1 431,99	342,58	13,42	15,95	4,99	35,73	0,00	0,61		
			Csemege uborkával	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96	15,(12)	
			U Vaniliás köleskrém	363,24	86,90	0,79	0,52	0,11	19,60	10,79	0,00		
			Gluténmentes pékárú	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35		
V Almalé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00					
Melegszendvics	2 492,87	596,38	9,24	16,64	4,23	100,60	6,00	1,13					
		Összesen:	7 614,81	1 821,75	40,11	64,50	17,49	257,97	26,99	4,77			
12/3/2025	12.01.03 (06002)	Glutén, tej, tojás, OM, szójaj4-6	R Almalé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00		
			Sós növényi túrókrém	13,65	3,27	0,03	0,30	0,00	0,09	0,02	0,49		
			Gluténmentes pékárú	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 Csiskebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00		
			Sült paprikakrém	475,20	113,69	0,14	12,27	3,33	0,55	0,00	0,57		
			Gluténmentes pékárú	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35		
			E Alföldi gulyásleves	445,37	106,55	7,44	4,89	1,15	7,96	0,00	0,16		
			Növényi tejfölös	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Főtt tésztával	989,64	236,76	2,30	5,16	0,55	44,35	2,88	0,06		
			Növényi sajt szórattal	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00		
			GM pékárúval, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02		
			U Zala felvágottas	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40		
			Gluténmentes pékárú	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 Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
Gyros tál	46,72	11,18	1,05	0,64	0,50	0,41	0,17	0,31	(1),(10)				
Vegafölös öntettel	161,06	38,53	0,69	0,12	0,03	8,55	6,00	0,81					
	4,72	1,13	0,04	0,02	0,00	0,22	0,00	0,04					
	413,20	98,85	2,88	0,23	0,00	21,20	0,00	0,01					
		Összesen:	5 711,12	1 366,31	29,16	44,78	11,32	200,49	20,56	4,13			
12/4/2025	12.01.04 (06002)	Glutén, tej, tojás, OM, szójaj4-6	R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Baracklekváros	109,63	26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	6,30	0,00	(12)	
			Gluténmentes pékárú	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 Csiskebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00		
			Mátrai diákcsemegés	181,95	43,53	2,28	3,78	1,36	0,05	0,00	0,48		
			Gluténmentes pékárú	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		
			Kukoricagatalka-leves TOGM	185,03	44,27	0,90	2,07	0,25	5,34	0,00	0,17	9	
			Budapest ragu	607,93	145,32	11,81	7,86	1,63	6,66	0,00	0,84		
			Párolt rizssel	1 318,00	315,31	5,36	9,42	1,09	51,90	0,00	0,37		
			U Növényi szendvicskrém	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32		
			Gluténmentes pékárú	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35		
V Almalé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00					
Vadas sertésragu	770,92	184,43	9,28	14,22	4,54	4,58	0,60	0,62					
Főtt tésztával	989,64	236,76	2,30	5,16	0,55	44,35	2,88	0,14					
		Összesen:	7 429,92	1 777,39	43,51	78,45	21,85	212,98	19,68	4,40			
12/5/2025	12.01.05 (06002)	Glutén, tej, tojás, OM, szójaj4-6	R Almalé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00		
			Növényi szendvicskrém	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32		
			Gluténmentes pékárú	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		
			Pulykamell sonkás	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43		
			Gluténmentes pékárú	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		
			Szilva	161,93	38,74	0,80	1,00	0,00	6,00	0,00	0,01		
			E Fokhagymakrémléves	158,10	37,82	0,52	2,48	0,31	3,31	0,00	0,10		
			Kölesgolyóval	88,86	21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,13	0,00		
			Bolognai	776,41	185,75	9,62	14,44	4,53	4,10	0,00	0,36	15	
			Főtt tésztával	989,64	236,76	2,30	5,16	0,55	44,35	2,88	0,06		
			Növényi sajt szórattal	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00		
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
U növényi sajtos pogácsa-TünderManna	1 242,00	297,13	0,70	17,10	9,30	34,20	1,50	1,40					
V Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
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					
		Összesen:	7 884,81	1 886,33	46,04	97,10	33,04	196,99	15,85	4,01			

Heti étlap 2025.12.01. - 2025.12.05.

 Tízórai	(06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Trapista sajt szelettel[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Sajtos tonhalkrémes[4,7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Póréhagymakarikával, Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Sült paprikakrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Főtt tojáskarikával[3], Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paradicsommal, Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma		
		Energia: 380.61 Kcal / 1,590.95 KJ			Energia: 246.25 Kcal / 1,029.33 KJ			Energia: 240.07 Kcal / 1,003.49 KJ			Energia: 389.11 Kcal / 1,626.48 KJ			Energia: 260.45 Kcal / 1,088.68 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		13.76 g	26.11 g	10.96 g	7.01 g	14.47 g	7.98 g	3.62 g	14.89 g	6.79 g	13.47 g	24.67 g	6.83 g	8.87 g	15.91 g	4.18 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		21.56 g	0.01 g	1.22 g	21.02 g	0.01 g	0.57 g	21.97 g	0.01 g	0.55 g	20.12 g	0.31 g	0.60 g	19.50 g	0.01 g	1.09 g
1,7,15			1,4,7,15			1,7,15			1,3,15			1,15				

Ebéd	(06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	Magyaros zellerleves[9], Rántott csirkemell, Zöldborsófőzelékkel[1,15], Diétás pékáruval BL, ebédhez			Csontleves [9,(1)], Cérnameféllel[1,3], Pásztor bulgur[1], Csemege uborkával[15,(12)]			Hamis gulyásleves[9], Sertéspaprikás[1,7], Zöldséges kölessel			Kukoricagaluska-leves[1,3,9], Budapest sertésragu[1], Párolt barna rizzsel			Fokhagymakrémleves, Kölesgolyóval, Bolognai [15], Teljes kiőrlésű főtt tésztával[1,3], Reszelt trapista sajttal[7], Alma		
		Energia: 339.84 Kcal / 1,420.53 KJ			Energia: 290.91 Kcal / 1,216.00 KJ			Energia: 483.17 Kcal / 2,019.65 KJ			Energia: 410.70 Kcal / 1,716.73 KJ			Energia: 415.53 Kcal / 1,736.92 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		18.98 g	13.51 g	1.44 g	12.38 g	11.51 g	3.38 g	16.54 g	29.38 g	7.42 g	14.33 g	20.66 g	4.71 g	18.97 g	24.77 g	8.03 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		34.77 g	0.30 g	0.90 g	35.46 g	0.02 g	3.47 g	35.75 g	0.01 g	1.38 g	41.24 g	0.01 g	1.27 g	34.75 g	1.11 g	1.63 g
		1,9,15			1,3,9,15,(12)			1,7,9			1,3,9			1,3,7,15		

Uzsonna	(06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával			Vaníliás túrókrémes[7,15], Diétás pékáru BL DIAB [1]			Zala felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Kígyóuborkával			Natúr kockasajttal[7], Diétás pékáru BL DIAB [1]			Mátrai diákcsemegés, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal		
		Energia: 173.13 Kcal / 723.68 KJ			Energia: 55.40 Kcal / 231.57 KJ			Energia: 217.84 Kcal / 910.57 KJ			Energia: 141.33 Kcal / 590.76 KJ			Energia: 240.18 Kcal / 1,003.95 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		5.36 g	14.43 g	3.92 g	4.32 g	1.97 g	1.03 g	5.63 g	19.25 g	5.97 g	7.51 g	10.11 g	5.96 g	5.62 g	21.70 g	6.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		5.26 g	0.00 g	0.67 g	5.06 g	0.00 g	0.02 g	5.26 g	0.17 g	0.86 g	4.93 g	0.00 g	1.13 g	5.33 g	0.00 g	1.17 g
		1			1,7,15			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-tejtermék	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.
Csepepontos adószám: 17783408-5-1-1
Adószám: 26215833-4-13
Élelmézszevezető

Tételes étlap 2025.12.01. - 2025.12.07.												
	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T Zsír(sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
12/1/2025	L. 4422 (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	
		Trapista sajt szelettel	621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97	7	
		Diétás pékáru BL DIAB	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	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 Magyaros zellerleves	269,55	64,48	1,31	3,54	0,40	6,52	0,00	0,21	9	
		Rántott csirkemell	571,68	136,77	11,97	5,40	0,54	10,01	0,00	0,59		
		Zöldborsófőzelékkel	492,88	117,91	5,58	4,54	0,50	13,34	0,00	0,10	1,15	
		Diétás pékáruval BL, ebédhez	86,46	20,68	0,12	0,03	0,00	4,90	0,30	0,00		
		U Szendvics sonkás	108,70	26,01	4,44	0,28	0,11	1,40	0,00	0,46		
		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		
Paprikával	18,43	4,41	0,27	0,07	0,00	0,68	0,00	0,00				
		Összesen:	3 735,16	893,58	38,10	54,05	16,32	61,59	0,31	2,79		
12/2/2025	L. 4422 (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	
		Sajtos tonhalkrém	595,02	142,35	4,10	13,56	7,97	0,76	0,00	0,52	4,7	
		Diétás pékáru BL DIAB	152,36	36,45	1,43	0,19	0,01	7,22	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 Csontleves	98,15	23,48	1,02	0,67	0,03	3,34	0,02	0,61	9,(1)	
		Cénametéllel	65,55	15,68	0,68	0,20	0,04	2,77	0,00	0,03	1,3	
		Pásztor bulgur	994,75	237,98	10,08	10,54	3,31	26,75	0,00	0,43	1	
		Csemege uborkával	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40	15,(12)	
		U Vaníliás túrókrém	144,50	34,57	3,50	1,86	1,02	0,93	0,00	0,01	7,15	
		Diétás pékáru BL DIAB	87,06	20,83	0,82	0,11	0,01	4,13	0,00	0,01	1	
				Összesen:	2 476,88	592,56	23,71	27,95	12,39	61,54	0,03	4,06
12/3/2025	L. 4422 (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 paprikakrém	576,43	137,90	1,08	14,03	6,77	1,65	0,00	0,50	7	
		Diétás pékáru BL DIAB	206,78	49,47	1,94	0,26	0,02	9,80	0,00	0,03	1	
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		E Hamis gulyásleves	322,87	77,23	1,61	3,05	0,35	10,61	0,01	0,08	9	
		Sertéspaprikás	1 188,35	284,29	11,62	23,84	6,64	5,45	0,00	0,41	1,7	
		Zöldséges kölessel	508,50	121,65	3,31	2,49	0,43	19,69	0,00	0,89		
		U Zala felvágottas	272,62	65,22	4,37	5,10	1,86	0,37	0,00	0,64		
		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		
		Kígyóuborkával	19,66	4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	0,17	0,01		
				Összesen:	3 933,78	941,08	25,79	63,52	20,18	62,98	0,19	2,79
12/4/2025	L. 4422 (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	
		Főtt tojáskarikával	685,98	164,11	11,00	9,80	3,00	0,70	0,30	0,35	3	
		Diétás pékáru BL DIAB	152,36	36,45	1,43	0,19	0,01	7,22	0,00	0,02	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Paradicsommal	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		E Kukoricagaluska-leves	219,76	52,58	1,21	2,10	0,26	7,03	0,01	0,32	1,3,9	
		Budapest sertésragu	832,70	199,21	10,41	14,77	4,00	5,90	0,00	0,35	1	
		Párolt barna rizzsel	533,00	127,51	1,81	3,54	0,42	21,95	0,00	0,59		
		U Natúr kockasajttal	503,66	120,50	6,69	10,00	5,95	0,80	0,00	1,12	7	
		Diétás pékáru BL DIAB	87,06	20,83	0,82	0,11	0,01	4,13	0,00	0,01	1	
				Összesen:	3 802,65	909,74	34,41	55,19	17,47	59,93	0,32	2,99
12/5/2025	L. 4422 (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	
		Álom sonkás	184,80	44,21	6,80	1,12	0,37	1,68	0,00	0,85		
		Diétás pékáru BL DIAB	152,36	36,45	1,43	0,19	0,01	7,22	0,00	0,02	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 Fokhagymakrémleves	203,71	48,74	0,56	2,72	0,34	5,30	1,00	0,10		
		Kölesgolyóval	51,84	12,40	0,46	0,12	0,02	2,80	0,07	0,00		
		Bolognai	529,70	126,73	6,20	9,22	2,78	4,59	0,00	0,34	15	
		Teljes kiőrlésű főtt tésztával	449,03	107,42	4,12	4,33	0,28	18,76	0,04	0,57	1,3	
		Reszelt trapista sajttal	448,06	107,19	7,48	8,23	4,61	0,67	0,00	0,61	7	
		Alma	54,53	13,05	0,15	0,15	0,00	2,63	0,00	0,01		
		U Mátrai diákcsemege	363,89	87,05	4,56	7,56	2,72	0,09	0,00	0,95		
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:	3 829,48	916,16	33,46	62,38	18,74	59,58	1,12	3,89		

Heti étlap 2025.12.01. - 2025.12.05.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(06362) Diab. 20-20-15 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Trappista sajt szelettel[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Sajtos tonhalkrém[4,7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Póréhagymakrémleves	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Sült paprikakrém[7], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Főtt tojáskarikával[3], Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álomsonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal
		Energia: 398.14 Kcal / 1,664.23 KJ	Energia: 273.60 Kcal / 1,143.65 KJ	Energia: 254.40 Kcal / 1,063.39 KJ	Energia: 416.46 Kcal / 1,740.80 KJ	Energia: 293.60 Kcal / 1,227.25 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		15.89 g 25.87 g 10.98 g	9.52 g 14.28 g 8.01 g	5.62 g 14.63 g 6.81 g	15.98 g 24.48 g 6.86 g	11.61 g 15.75 g 4.21 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		24.86 g 0.01 g 1.24 g	26.27 g 0.01 g 0.60 g	24.64 g 0.01 g 0.57 g	25.37 g 0.31 g 0.63 g	25.90 g 0.01 g 1.12 g
Ebéd	(06362) Diab. 20-20-15 g CH	Magyaros zellerleves[9], Rántott csirkemell, Zöldborsófőzelékkel[1,15], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Csontleves [9,(1)], Cérumetéllel[1,3], Pásztor bulgur[1], Csemege uborkával[15,(12)]	Hamis gulyásleves[9], Sertéspaprikás[1,7], Zöldséges kölessel	Kukoricagaluskaleves[1,3,9], Budapest sertésragu[1], Párolt barnarizzsel	Fokhagymakrémleves, Kölesgolyóval, Bolognai [15], Teljes kiőrlésű főtt tésztával[1,3], Reszelt trappista sajttal[7], Alma
		Energia: 302.33 Kcal / 1,263.74 KJ	Energia: 256.91 Kcal / 1,073.88 KJ	Energia: 402.65 Kcal / 1,683.08 KJ	Energia: 371.34 Kcal / 1,552.20 KJ	Energia: 396.65 Kcal / 1,658.00 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		16.84 g 11.89 g 1.26 g	10.94 g 10.00 g 2.91 g	13.79 g 24.48 g 6.18 g	13.08 g 18.73 g 4.28 g	18.25 g 24.12 g 7.99 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		31.25 g 0.30 g 0.79 g	31.64 g 0.02 g 3.41 g	29.81 g 0.01 g 1.16 g	37.04 g 0.01 g 1.14 g	31.27 g 1.08 g 1.55 g
Uzsonna	(06362) Diab. 20-20-15 g CH	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával	Vanília túrókrém[7,15], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Zala felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Natúr kockasajttal[7], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Mátrai diákcsemege, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1]
		Energia: 298.10 Kcal / 1,246.06 KJ	Energia: 165.37 Kcal / 691.25 KJ	Energia: 329.29 Kcal / 1,376.43 KJ	Energia: 266.60 Kcal / 1,114.39 KJ	Energia: 335.92 Kcal / 1,404.15 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		13.77 g 15.27 g 4.05 g	9.54 g 3.25 g 1.49 g	10.44 g 21.02 g 6.47 g	12.90 g 13.10 g 7.48 g	9.37 g 22.19 g 6.56 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		26.05 g 0.00 g 1.19 g	24.30 g 0.00 g 0.09 g	24.19 g 0.17 g 1.08 g	23.97 g 0.00 g 1.47 g	24.29 g 0.00 g 1.22 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	10-mustár	13-csillagfűrt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Danubia Kft.
2730 Albertirózsa, Pesti út 65.
Céginformációk: 17783408-5-13
Adószám: 26215833-4-13
Élelmézszervezető

Tételes étlap 2025.12.01. - 2025.12.07.												
	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
12/1/2025	László (06362)	Diab. 20-20-15 g CH										
			T	Csipebogyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	15
				Trapista sajt szelettel	621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	7
				Diétás pékáru BL DIAB	509,02	121,78	4,77	0,63	0,04	24,12	0,00	0,07 1
				Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20
			E	Magyaros zellerleves	231,04	55,27	1,12	3,03	0,34	5,59	0,00	0,18 9
				Rántott csirkemell	508,16	121,57	10,64	4,80	0,48	8,90	0,00	0,52
				Zöldborsófőzelékkel	438,11	104,81	4,96	4,03	0,44	11,86	0,00	0,09 1,15
				Diétás pékáruval BL, ebédhez	86,46	20,68	0,12	0,03	0,00	4,90	0,30	0,00
			U	Szendvics sonkás	217,39	52,01	8,88	0,56	0,21	2,80	0,00	0,92
				Diétás pékáru BL DIAB	460,54	110,18	4,31	0,57	0,04	21,82	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:	4 173,96	998,57	46,50	53,03	16,29	82,16	0,31	3,22
12/2/2025	László (06362)	Diab. 20-20-15 g CH										
			T	Csipebogyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	15
				Sajtos tonhalkrém	595,02	142,35	4,10	13,56	7,97	0,76	0,00	0,52 4,7
				Diétás pékáru BL DIAB	484,78	115,98	4,54	0,60	0,04	22,97	0,00	0,07 1
				Póréhagymakarikával	61,66	14,75	0,88	0,12	0,00	2,52	0,00	0,01
			E	Csontleves	98,15	23,48	1,02	0,67	0,03	3,34	0,02	0,61 9,(1)
				Cénametélttel	65,55	15,68	0,68	0,20	0,04	2,77	0,00	0,03 1,3
				Pásztor bulgur	852,64	203,98	8,64	9,03	2,84	22,93	0,00	0,37 1
				Csemege uborkával	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40 15,(12)
			U	Vaníliás túrókrém	206,43	49,39	5,00	2,65	1,45	1,33	0,00	0,02 7,15
				Diétás pékáru BL DIAB	484,78	115,98	4,54	0,60	0,04	22,97	0,00	0,07 1
				Összesen:	2 908,72	695,88	30,00	27,53	12,41	82,21	0,03	4,10
12/3/2025	Márton (06362)	Diab. 20-20-15 g CH										
			T	Csipebogyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	15
				Sült paprikakrém	576,43	137,90	1,08	14,03	6,77	1,65	0,00	0,50 7
				Diétás pékáru BL DIAB	484,78	115,98	4,54	0,60	0,04	22,97	0,00	0,07 1
			E	Hamis gulyásleves	269,06	64,36	1,34	2,54	0,29	8,85	0,01	0,07 9
				Sertéspaprikás	990,29	236,91	9,69	19,87	5,53	4,55	0,00	0,35 1,7
				Zöldséges kölessel	423,75	101,38	2,76	2,07	0,36	16,41	0,00	0,74
			U	Zala felvágottas	340,77	81,52	5,46	6,38	2,33	0,46	0,00	0,80
				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
				Kígyóuborkával	19,66	4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	0,17	0,01
				Összesen:	4 122,91	986,34	29,85	60,13	19,46	78,64	0,19	2,81
12/4/2025	Mónika (06362)	Diab. 20-20-15 g CH										
			T	Csipebogyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	15
				Főtt tojáskarikával	685,98	164,11	11,00	9,80	3,00	0,70	0,30	0,35 3
				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
				Paradicsommal	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01
			E	Kukoricagaluska-leves	219,76	52,58	1,21	2,10	0,26	7,03	0,01	0,32 1,3,9
				Budapest sertésragu	757,00	181,10	9,46	13,43	3,64	5,36	0,00	0,32 1
				Párolt barna rizszel	444,16	106,26	1,51	2,95	0,35	18,29	0,00	0,49
			U	Natúr kockasajttal	629,58	150,62	8,36	12,50	7,44	1,00	0,00	1,40 7
				Diétás pékáru BL DIAB	484,78	115,98	4,54	0,60	0,04	22,97	0,00	0,07 1
				Összesen:	4 276,05	1 023,00	41,06	56,06	18,59	80,02	0,32	3,23
12/5/2025	Mónika (06362)	Diab. 20-20-15 g CH										
			T	Csipebogyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	15
				Álom sonkás	184,80	44,21	6,80	1,12	0,37	1,68	0,00	0,85
				Diétás pékáru BL DIAB	509,02	121,78	4,77	0,63	0,04	24,12	0,00	0,07 1
				Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20
			E	Fokhagymakrémleves	203,71	48,74	0,56	2,72	0,34	5,30	1,00	0,10
				Kölesgolyóval	37,03	8,86	0,33	0,09	0,02	2,00	0,05	0,00
				Bolognai	529,70	126,73	6,20	9,22	2,78	4,59	0,00	0,34 15
				Teljes kiőrlésű főtt tésztával	384,88	92,08	3,53	3,71	0,24	16,08	0,03	0,49 1,3
				Reszelt trapista sajttal	448,06	107,19	7,48	8,23	4,61	0,67	0,00	0,61 7
				Alma	54,53	13,05	0,15	0,15	0,00	2,63	0,00	0,01
			U	Mátrai diákcsemege	363,89	87,05	4,56	7,56	2,72	0,09	0,00	0,95
				Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20
				Diétás pékáru BL DIAB	509,02	121,78	4,77	0,63	0,04	24,12	0,00	0,07 1
				Összesen:	4 289,25	1 026,17	39,23	62,06	18,76	81,46	1,09	3,89

Heti étlap 2025.12.01 - 2025.12.05.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Trapista sajt szelettel[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Sajtos tonhalkrém[4,7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Póréhagymakarikával, Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Sült paprikakrém[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Főtt tojáskarikával[3], Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paradicsommal, Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma		
		Energia: 470.61 Kcal / 1,967.15 KJ			Energia: 340.27 Kcal / 1,422.33 KJ			Energia: 326.87 Kcal / 1,366.32 KJ			Energia: 483.13 Kcal / 2,019.48 KJ			Energia: 360.27 Kcal / 1,505.93 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		16.56 g	26.74 g	10.98 g	9.97 g	15.12 g	8.01 g	6.29 g	15.50 g	6.81 g	16.43 g	25.32 g	6.86 g	12.05 g	16.59 g	4.21 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
39.46 g	0.01 g	1.27 g	39.72 g	0.01 g	0.62 g	39.24 g	0.01 g	0.60 g	38.82 g	0.31 g	0.65 g	39.35 g	0.01 g	1.15 g		
1,7,15			1,4,7,15			1,7,15			1,3,15			1,15				

Ebéd	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	Magyaros zellerleves[9], Rántott csirkemell, Zöldborsófőzelékkel[1,15], Diétás pékáruval BL, ebédhez			Csontleves [9,(1)], Cérnametél[1,3], Pásztor bulgur[1], Csemege uborkával[15,(12)]			Hamis gulyásleves[9], Sertéspaprikás[1,7], Zöldséges kölessel			Kukoricagaluska-leves[1,3,9], Budapest sertésragu[1], Párolt barna rizzsel			Fokhagymakrémleves, Kölesgolyóval, Bolognai [15], Teljes kiőrlésű főtt tésztával[1,3], Reszelt trapista sajttal[7], Alma		
		Energia: 302.33 Kcal / 1,263.74 KJ			Energia: 256.91 Kcal / 1,073.88 KJ			Energia: 402.65 Kcal / 1,683.08 KJ			Energia: 371.34 Kcal / 1,552.20 KJ			Energia: 396.65 Kcal / 1,658.00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		16.84 g	11.89 g	1.26 g	10.94 g	10.00 g	2.91 g	13.79 g	24.48 g	6.18 g	13.08 g	18.73 g	4.28 g	18.25 g	24.12 g	7.99 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31.25 g	0.30 g	0.79 g	31.64 g	0.02 g	3.41 g	29.81 g	0.01 g	1.16 g	37.04 g	0.01 g	1.14 g	31.27 g	1.08 g	1.55 g		
1,9,15			1,3,9,15,(12)			1,7,9			1,3,9			1,3,7,15				

Uzsonna	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával, Körte			Vaníliás túrókrém[7,15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Mandarin			Zala felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Kígyóuborkával, Körte			Natúr kockasajttal[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Mandarin			Mátrai diákcsemegés, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Körte		
		Energia: 239.03 Kcal / 999.15 KJ			Energia: 119.70 Kcal / 500.35 KJ			Energia: 280.04 Kcal / 1,170.57 KJ			Energia: 220.93 Kcal / 923.49 KJ			Energia: 286.08 Kcal / 1,195.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.83 g	14.97 g	4.02 g	7.19 g	3.04 g	1.47 g	7.89 g	20.77 g	6.45 g	10.55 g	12.89 g	7.46 g	6.79 g	21.94 g	6.54 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
14.92 g	0.00 g	1.14 g	15.52 g	0.00 g	0.05 g	15.01 g	0.17 g	1.04 g	15.19 g	0.00 g	1.43 g	14.99 g	0.00 g	1.18 g		
1			1,7,15			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
- 2-rák
- 3-tojás
- 4-hal
- 5-földimogyoró
- 6-szója
- 7-tejterm
- 8-diófélé
- 9-zeller
- 10-mustár
- 11-szezám
- 12-kéndioxid-szulf
- 13-csillagfűrt
- 14-puhatestűek
- 15-mesterséges édesítőszer
- 16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Danubia Kft.

2730 Albertfalva, Pesti út 65.
Céginformációk: 17783403-5-11
Adószám: 26215833-4-13
Élelmiszervezető

Tételes étlap 2025.12.01. - 2025.12.07.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T Zsír/sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
12/1/2025	kócska (06381)	Diab. (25-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00	15		
				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		
				Alma	327,18	78,27	0,90	0,90	0,00	15,75	0,00	0,03		
			E	Magyaros zellerleves	231,04	55,27	1,12	3,03	0,34	5,59	0,00	0,18	9	
				Rántott csirkemell	508,16	121,57	10,64	4,80	0,48	8,90	0,00	0,52		
				Zöldborsófőzelékkel	438,11	104,81	4,96	4,03	0,44	11,86	0,00	0,09	1,15	
				Diétás pékáruval BL, ebédhez	86,46	20,68	0,12	0,03	0,00	4,90	0,30	0,00		
			U	Szendvics sonkás	217,39	52,01	8,88	0,56	0,21	2,80	0,00	0,92		
				Diétás pékáru BL DIAB	130,60	31,24	1,22	0,16	0,01	6,19	0,00	0,02	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	83,07	19,87	0,15	0,11	0,00	4,50	0,00	0,00		
				Összesen:	4 230,03	1 011,97	44,23	53,60	16,26	85,63	0,31	3,20		
12/2/2025	kócska (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	
				Sajtos tonhalkrém	595,02	142,35	4,10	13,56	7,97	0,76	0,00	0,52	4,7	
				Diétás pékáru BL DIAB	436,30	104,38	4,09	0,54	0,04	20,67	0,00	0,06	1	
				Póréhagymakarikával	61,66	14,75	0,88	0,12	0,00	2,52	0,00	0,01		
				Alma	327,18	78,27	0,90	0,90	0,00	15,75	0,00	0,03		
			E	Csontleves	98,15	23,48	1,02	0,67	0,03	3,34	0,02	0,61	9,(1)	
				Cénnametélttel	65,55	15,68	0,68	0,20	0,04	2,77	0,00	0,03	1,3	
				Pásztor bulgur	852,64	203,98	8,64	9,03	2,84	22,93	0,00	0,37	1	
				Csemege uborkával	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40	15,(12)	
			U	Vaníliás túrókrém	206,43	49,39	5,00	2,65	1,45	1,33	0,00	0,02	7,15	
				Diétás pékáru BL DIAB	195,89	46,86	1,84	0,24	0,02	9,29	0,00	0,03	1	
				Mandarin	97,99	23,45	0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00		
				Összesen:	2 996,52	716,88	28,10	28,16	12,39	86,88	0,03	4,08		
			12/3/2025	csirke (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 paprikakrém	576,43				137,90	1,08	14,03	6,77	1,65	0,00	0,50	7	
	Diétás pékáru BL DIAB	460,54				110,18	4,31	0,57	0,04	21,82	0,00	0,07	1	
	Alma	327,18				78,27	0,90	0,90	0,00	15,75	0,00	0,03		
E	Hamis gulyásleves	269,06				64,36	1,34	2,54	0,29	8,85	0,01	0,07	9	
	Sertéspaprikás	990,29				236,91	9,69	19,87	5,53	4,55	0,00	0,35	1,7	
	Zöldséges kölessel	423,75				101,38	2,76	2,07	0,36	16,41	0,00	0,74		
U	Zala felvágottas	340,77				81,52	5,46	6,38	2,33	0,46	0,00	0,80		
	Diétás pékáru BL DIAB	195,89				46,86	1,84	0,24	0,02	9,29	0,00	0,03	1	
	Liga margarinnal	531,22				127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Kígyóuborkával	19,66				4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	0,17	0,01		
	Körte	83,07				19,87	0,15	0,11	0,00	4,50	0,00	0,00		
	Összesen:	4 220,03				1 009,56	27,97	60,75	19,44	84,06	0,19	2,80		
12/4/2025	csirke (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	
				Főtt tojáskarikával	685,98	164,11	11,00	9,80	3,00	0,70	0,30	0,35	3	
				Diétás pékáru BL DIAB	436,30	104,38	4,09	0,54	0,04	20,67	0,00	0,06	1	
				Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
				Paradicsommal	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
				Alma	327,18	78,27	0,90	0,90	0,00	15,75	0,00	0,03		
			E	Kukoricagaluska-leves	219,76	52,58	1,21	2,10	0,26	7,03	0,01	0,32	1,3,9	
				Budapest sertésragu	757,00	181,10	9,46	13,43	3,64	5,36	0,00	0,32	1	
				Párolt barna rizszel	444,16	106,26	1,51	2,95	0,35	18,29	0,00	0,49		
			U	Natúr kockasajttal	629,58	150,62	8,36	12,50	7,44	1,00	0,00	1,40	7	
				Diétás pékáru BL DIAB	195,89	46,86	1,84	0,24	0,02	9,29	0,00	0,03	1	
				Mandarin	97,99	23,45	0,35	0,15	0,00	4,90	0,00	0,00		
				Összesen:	4 363,85	1 044,00	39,16	56,69	18,57	84,69	0,32	3,21		
			12/5/2025	csirke (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	
	Álom sonkás	184,80				44,21	6,80	1,12	0,37	1,68	0,00	0,85		
	Diétás pékáru BL DIAB	460,54				110,18	4,31	0,57	0,04	21,82	0,00	0,07	1	
	Liga margarinnal	531,22				127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Alma	327,18				78,27	0,90	0,90	0,00	15,75	0,00	0,03		
E	Fokhagymakrémleves	203,71				48,74	0,56	2,72	0,34	5,30	1,00	0,10		
	Kölesgolyóval	37,03				8,86	0,33	0,09	0,02	2,00	0,05	0,00		
	Bolognai	529,70				126,73	6,20	9,22	2,78	4,59	0,00	0,34	15	
	Teljes kiőrlésű főtt tésztával	384,88				92,08	3,53	3,71	0,24	16,08	0,03	0,49	1,3	
	Reszelt trapista sajttal	448,06				107,19	7,48	8,23	4,61	0,67	0,00	0,61	7	
	Alma	54,53				13,05	0,15	0,15	0,00	2,63	0,00	0,01		
U	Mátrai diákcsemege	363,89				87,05	4,56	7,56	2,72	0,09	0,00	0,95		
	Diétás pékáru BL DIAB	217,66				52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1	
	Liga margarinnal	531,22				127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Körte	83,07	19,87	0,15	0,11	0,00	4,50	0,00	0,00					
	Összesen:	4 359,66	1 043,00	37,09	62,65	18,74	85,61	1,09	3,88					