

7. hét



Óvodás, iskolás alap étlap

02.10. - 02.14.	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Karamellás tej Margarin Kifli	Citromos tea Tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér Salátalevél	Gyümölcsjoghurt Kifli	Barackos tea Spenótos fetakrém Rozskenyér Kígyóuborka	Csipkebogyó tea Sertés párizsi Margarin Rozskenyér
Leves	Fokhagymakrémleves Pirított kenyérkocka	Legényfogó leves	Magyaros karfiolleves	Csontleves Cérnametélttel	Fejtett bableves Félbarna kenyér
Főétel	Mexikói húsos babragu	Tejbegríz Fahéj szórat Alma	Csikós tokány Párolt rizs	Székelykáposzta Félbarna kenyér	Burgonyás tészta Házi káposztasaláta
Uzsonna	Szendvics sonka Margarin Korpás kenyér Kígyóuborka	Helybensült sajtkrémes rúd	Paprikás szalámi Margarin Korpás kenyér Kaliforniai paprika	Poharas puding Kifli Mandarin	Helybensült meggyes táskas zabrudi

Eatrend Danubia Kft.

2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Csoportos adószám: 17783403-5-15
Adószám: 26215833-4-13

Heti étlap 2025.02.10. - 2025.02.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Karamellás tej Kifli Margarinnal			Citromos tea Majonézes tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér Salátalevéllal			Gyümölcsjoghurt Kiflivel			Barackos tea Spenótos fetakrém Rozskenyér Kígyóborkával			Csipkebogyós tea Sertés párizsis Rozskenyér Margarinnal		
		Energia: 273.83 Kcal / 1,144.61 KJ			Energia: 309.25 Kcal / 1,292.67 KJ			Energia: 275.39 Kcal / 1,151.13 KJ			Energia: 305.46 Kcal / 1,276.82 KJ			Energia: 295.99 Kcal / 1,237.24 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.56 g	5.28 g	2.63 g	6.52 g	9.54 g	3.44 g	9.35 g	6.07 g	3.23 g	7.63 g	7.75 g	7.94 g	8.60 g	6.75 g	6.80 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		45.89 g	12.49 g	0.74 g	48.89 g	20.38 g	0.10 g	45.25 g	12.99 g	0.90 g	50.88 g	22.73 g	0.78 g	49.98 g	19.99 g	1.22 g
1,7			1,3,4,7,10			1,7			1,7			1,(7)				
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Fokhagymakrémleves Pirított kenyérkockával Mexikói húsos babragu			Legényfogó leves Tejbedara Fahéj szórattal Alma			Magyaros karfiolleves Csikós tokány Párolt rizzsel			Csontleves Cérnamentélttel Székelykáposzta Félbarna kenyérrel			Fejtett bableves Félbarna kenyérrel Burgonyás tészta Káposztasalátával		
		Energia: 574.94 Kcal / 2,403.25 KJ			Energia: 423.57 Kcal / 1,770.52 KJ			Energia: 535.27 Kcal / 2,237.43 KJ			Energia: 338.04 Kcal / 1,413.01 KJ			Energia: 522.57 Kcal / 2,184.34 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		26.51 g	26.10 g	6.84 g	15.98 g	7.91 g	2.69 g	15.83 g	29.17 g	7.46 g	16.29 g	15.10 g	5.11 g	16.40 g	13.02 g	1.86 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		58.20 g	0.01 g	1.84 g	71.66 g	36.97 g	2.10 g	51.77 g	0.01 g	1.98 g	33.94 g	0.02 g	2.62 g	83.86 g	8.00 g	3.35 g
1,7,9			1,7,9			1,7,9			1,3,7,9,(12)			1,3,9				
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Szendvics sonkás Korpás kenyér Margarinnal Kígyóborkával			Sajtkrémcsúszda			Paprikás szalámis Korpás kenyér Margarinnal Kaliforniai Paprikával			Puding Kiflivel Mandarin			Meggyes táska Zabrudai		
		Energia: 175.30 Kcal / 732.75 KJ			Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ			Energia: 201.95 Kcal / 844.15 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8.63 g	2.67 g	1.20 g	7.99 g	2.31 g	3.61 g	6.10 g	7.00 g	2.52 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		29.19 g	2.75 g	1.23 g	33.28 g	0.00 g	1.69 g	28.60 g	0.00 g	1.16 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g
1,(7)			1,7			1,(7)			1,(7)			1,7,(3),(6),(12)				

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,laktóz
8-diófélék

9-zeller
10-mustár

11-szezám
12-kén-dioxid-szulfid

13-csillagfűrt
14-puhatestűek

15-mesterséges édesítőszer
16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!
eatrend Danubia Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Csoportos adószám: 17783403-5-10
Adószám: 26215830-4-13
Élelmézőszervező



Tételes étlap 2025.02.10. - 2025.02.16.												
	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2/10/2025	Egyszeri étkezés (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves										
		T Karamellás tej	615,51	147,25	6,80	3,00	1,63	23,09	12,49	0,27	7	
		Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
		Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
		E Fokhagymakrémleves	520,56	122,72	3,06	7,19	1,74	11,68	0,01	0,34	1,7,9	
		Pírtott kenyérkockával	108,11	25,86	0,98	0,10	0,03	5,23	0,00	0,00	1	
		Mexikói húsos babragu	1 782,17	426,36	22,47	18,81	5,07	41,29	0,00	1,50	1	
		U Szendvics sonka	108,70	26,00	4,44	0,28	0,11	1,40	0,00	0,46		
		Korpás kenyér	539,48	129,06	3,94	0,36	0,00	27,36	0,00	0,70	1	
		Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
		Kigyóborkával	12,29	2,94	0,25	0,03	0,19	0,43	2,75	0,01		
		Összesen:	4 288,23	1 024,07	45,70	34,05	10,67	133,28	15,25	3,81		
2/11/2025	Egyszeri étkezés (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6										
		T Citromos tea	339,96	81,33	0,13	0,03	0,00	19,99	19,98	0,00		
		Majonézes tonhalkrém	357,38	85,50	0,79	8,77	3,40	0,72	0,40	0,02	3,4,7,10,(1)	
		Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
		Salátalevél	1,73	0,41	0,04	0,01	0,00	0,05	0,00	0,00		
		E Legényfogyó leves	441,49	104,53	7,92	4,78	1,22	7,58	0,01	1,55	1,7,9	
		Tejbedara	907,65	217,14	7,81	2,88	1,47	39,74	16,98	0,54	1,7	
		Fahéjas porcukor	338,72	81,03	0,01	0,01	0,00	20,14	19,98	0,00		
		Alma	87,25	20,87	0,24	0,24	0,00	4,20	0,00	0,01		
		U Sajtkrém rúd	685,52	164,00	7,99	2,31	3,61	33,28	0,00	1,69	1,7	
		Összesen:	3 753,31	896,82	30,49	19,76	9,74	153,83	57,35	3,89		
2/12/2025	Egyszeri étkezés (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6										
		T Gyümölcs joghurt poharas kicsi	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49	7,(1)	
		Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
		E Magyaros karfiolleves	151,72	35,99	1,28	1,63	0,19	4,07	0,01	0,53	1,9	
		Csikós tokány	1 080,23	258,43	10,15	21,81	6,61	5,07	0,00	1,15	1,7	
		Párolt rizszel	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,66	42,63	0,00	0,30		
		U Paprikás szalámis	206,56	49,42	1,96	4,58	1,61	0,03	0,00	0,40		
		Korpás kenyér	539,48	129,06	3,94	0,36	0,00	27,36	0,00	0,70	1	
		Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
		Kaliforniai Paprika	25,80	6,17	0,20	0,06	0,01	1,21	0,00	0,00		
		Összesen:	4 233,97	1 012,61	31,28	42,24	13,21	125,62	13,00	4,04		
2/13/2025	Egyszeri étkezés (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves										
		T Barackos tea	349,82	83,69	0,52	0,10	0,00	20,01	19,98	0,00		
		Spenótos fetás krém	269,06	64,37	0,80	6,54	3,23	0,50	0,00	0,07	7	
		Rozskenyér	645,62	154,46	6,06	1,08	4,52	29,94	0,00	0,70	1	
		Kigyóborkával	12,29	2,94	0,25	0,03	0,19	0,43	2,75	0,01		
		E Csontleves	115,77	27,64	1,17	0,75	0,03	4,12	0,02	1,09	9,(1)	
		Cénametélttel	114,71	27,44	1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3	
		Székelykáposzta	858,43	205,37	10,99	13,70	4,93	9,28	0,00	1,48	1,7,(12)	
		Félbarna kenyérral	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
		U Zott Szivecske Pud. vaníliás önt.	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
		Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
		Összesen:	3 342,79	799,67	28,38	23,43	13,15	117,42	22,75	3,81		
2/14/2025	Egyszeri étkezés (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves										
		T Csipkebogyós tea	341,04	81,59	0,16	0,03	0,00	20,00	19,99	0,00		
		Sertés párizsis	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46		
		Rozskenyér	645,62	154,46	6,06	1,08	4,52	29,94	0,00	0,70	1	
		Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
		E Fejlettbab-leves	499,92	119,60	3,98	4,83	0,74	14,84	0,01	1,28	1,9	
		Félbarna kenyérral	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
		Burgonyás tészta	1 160,19	277,56	8,71	7,74	1,02	42,66	0,00	1,27	1,3	
		Káposztasalátával	199,88	47,82	0,77	0,15	0,01	10,67	7,99	0,80		
		U Meggyes tásk	1 426,17	341,19	3,78	18,27	4,87	39,98	18,16	0,67	1,7,(3),(6),(12)	
		Zabrud	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Összesen:	4 847,70	1 159,75	28,78	38,04	13,53	173,82	46,15	5,24		