

8. hét



Óvodás, iskolás alap étlap

02.17. - 02.21.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Vaníliás tejital Kifli	Citromos tea Tepertőkrém Eatrend módra Korpás kenyér Liliahagyma	Tej Gabonapehely	Erdei gyümölcsös tea Sült paprikakrém Korpás kenyér	Meggyes tea Magvas sajtkrém Korpás zsemle
Leves	Májgaluska leves	Citromos almaleves	Lebbencsleves	Sütőtök krémleves Pirított kenyérkocka	Tárkonyos csirkeraguleves
Főétel	Dejós tészta	Rántott sajt Párolt rizs Tartármártás	Zöldbabfőzelék Fasírt Félbarna kenyér	Pusztapörkölt Félbarna kenyér Vitaminsaláta	Vaníliás piskóta Csokoládé öntet
Uzsonna	Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek	Kockasajt Kifli	Tavaszi felvágott Margarin Rozskenyér Kígyóuborka	Helyben sült kakaós csiga Mandarin	Bécsi felvágott Margarin Félbarna kenyér Salátalevél

Eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783408-5-13
 Adószám: 26215833-4-13

Heti étlap 2025.02.17. - 2025.02.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Vaníliás tejital Kifli			Citromos tea Tepertőkrémes Korpás kenyér Eatrend módra Lilahagymával			Tej Gabonagolyó			Erdei gyümölcsös tea Sült paprikakrémes Korpás kenyér			Meggyes tea Sokmagvas sajtkrémes Korpás zsemle		
		Energia: 174.28 Kcal / 728.49 KJ			Energia: 325.19 Kcal / 1,359.29 KJ			Energia: 208.05 Kcal / 869.65 KJ			Energia: 237.36 Kcal / 992.16 KJ			Energia: 251.02 Kcal / 1,049.26 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.86 g	0.97 g	0.80 g	6.22 g	11.25 g	4.16 g	9.11 g	3.18 g	1.66 g	4.57 g	7.20 g	3.29 g	6.03 g	7.76 g	4.26 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		33.80 g	11.00 g	0.50 g	49.31 g	19.98 g	0.92 g	35.50 g	0.00 g	0.95 g	38.20 g	10.00 g	1.10 g	38.93 g	10.00 g	0.72 g
1,7			1,3,7,10,(12)			7,(1),(3),(5)			1,7			1,7,11				
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Májgaluskaleves Dejós tészta			Citromos almaleves Rántott sajt Párolt rizzsel Tartármártással			Lebbencsleves Zöldbabfőzelék Fasírttal Félbarna kenyérral			Sütőtök krémleves Pirított kenyérkockával Pusztapörkölt Félbarna kenyérral Házi vitaminsalátával			Tárkonyos csirkeraguleves Vaníliás piskóta Csokoládé öntettel		
		Energia: 336.80 Kcal / 1,407.82 KJ			Energia: 822.81 Kcal / 3,439.35 KJ			Energia: 505.38 Kcal / 2,112.49 KJ			Energia: 535.07 Kcal / 2,236.59 KJ			Energia: 471.05 Kcal / 1,968.99 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		13.50 g	4.97 g	0.92 g	19.31 g	53.64 g	7.39 g	20.74 g	21.28 g	6.33 g	19.95 g	18.60 g	5.41 g	17.29 g	12.69 g	2.96 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		60.05 g	13.02 g	1.51 g	67.74 g	12.09 g	2.96 g	56.87 g	0.01 g	1.85 g	70.85 g	4.01 g	2.38 g	71.63 g	28.88 g	1.78 g
1,3,9			1,3,7,10,(12)			1,3,7,9			1,7,9			1,3,7,9				
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Soproni felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Jégcsapretekkel			Kifli Kockasajttal			Tavaszi felvágottas Rozskenyér Margarinnal Kígyóborkával			Helyben sült kakaós csiga Mandarin			Bécsi felvágottas Félbarna kenyér Margarinnal Salátalevéllal		
		Energia: 229.09 Kcal / 957.60 KJ			Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ			Energia: 211.40 Kcal / 883.65 KJ			Energia: 163.83 Kcal / 684.81 KJ			Energia: 239.85 Kcal / 1,002.57 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8.52 g	8.91 g	3.24 g	7.94 g	6.53 g	3.82 g	8.38 g	6.03 g	6.71 g	1.81 g	8.77 g	2.34 g	8.66 g	8.77 g	3.37 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		28.72 g	3.12 g	0.99 g	23.30 g	0.00 g	1.11 g	30.84 g	2.75 g	1.14 g	19.20 g	8.72 g	0.32 g	31.49 g	0.00 g	0.90 g
1,(7)			1,7			1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			1,(7)				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén	4-hal	7-tejtermék,laktóz	10-mustár	13-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Tételes étlap 2025.02.17. - 2025.02.23.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2/17/2025	Létez (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves										
		T Vanília tejital	271,70	65,00	3,10	0,69	0,70	11,00	11,00	0,09	7	
		Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
		E Májgaluskaleves	178,75	39,12	3,29	0,85	0,25	5,45	0,03	0,50	1,3,9	
		Levesbetét	114,71	27,44	1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3	
		Dejő szórát	340,90	81,55	1,87	2,69	0,05	12,37	10,49	0,00	1,8,(5)	
		Fodors metélt tésztával	1 012,22	242,16	9,00	3,34	0,52	43,74	0,00	4,30	1,3	
		U Soproni felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
		Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
		Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
		Jégcsapretek	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01		
		Összesen:	3 332,68	793,64	30,73	17,11	4,92	128,93	24,64	6,34		
2/18/2025	Létez (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves										
		T Citromos tea	339,96	81,33	0,13	0,03	0,00	19,99	19,98	0,00		
		Eatrend Tepertőkrémes	358,72	85,82	1,43	8,68	3,59	0,40	0,00	0,22	3,7,10,(12)	
		Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
		Lilahagymával	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
		E Citromos almaleves	495,87	102,97	1,91	1,87	0,95	23,26	11,49	0,62	1,7	
		Rántott sajt	815,34	195,06	12,00	15,85	0,95	0,15	0,00	1,88	7,(1),(3)	
		Párolt rizzsel	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,66	42,63	0,00	0,30		
		Tartármártással	1 186,82	283,93	1,00	30,19	4,83	1,70	0,60	0,16	3,7,10,(1),(12)	
		U Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
		Kockasajttal	314,79	75,31	4,18	6,25	3,72	0,50	0,00	0,70	7	
		Összesen:	5 601,75	1 324,48	34,61	69,63	14,84	141,22	32,07	4,37		
2/19/2025	Óvoda (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves										
		T Tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	7	
		Gabonagolyó	463,93	110,99	2,31	0,18	0,03	24,90	0,00	0,68	(1),(3),(5),(7)	
		E Lebbencsleves	432,04	103,36	3,68	1,20	0,28	19,18	0,01	0,51	1,3,9	
		Tejfölös Zöldbabfőzelék	523,87	125,33	3,43	6,67	1,50	12,66	0,00	0,51	1,7	
		Fasírttal	832,23	199,10	10,69	13,11	4,46	9,34	0,00	0,83	1,3	
		Félbarna kenyérral	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
		U Tavaszi felvágottas	153,39	36,70	2,07	2,92	1,10	0,47	0,00	0,37		
		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)	
		Kigyóborkával	12,29	2,94	0,25	0,03	0,19	0,43	2,75	0,01		
		Összesen:	3 865,72	924,83	38,23	30,49	14,70	123,21	2,76	3,94		
2/20/2025	Óvoda (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves										
		T Erdei gyümölcsös tea	172,03	41,15	0,10	0,02	0,00	10,01	10,00	0,00		
		Sült paprikakrém	280,69	67,15	0,53	6,82	3,29	0,83	0,00	0,40	7	
		Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
		E Sütőtökrémleves	475,15	113,67	1,92	2,99	0,57	19,72	5,00	0,53	1,7,9	
		Pirított kenyérkockával	108,11	25,86	0,98	0,10	0,03	5,23	0,00	0,00	1	
		Pusztapörkölt	1 273,16	304,58	12,94	13,26	4,40	32,42	0,00	0,60		
		Félbarna kenyérral	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
		Vitaminsalátával	167,05	39,96	0,98	0,21	0,03	8,39	4,00	0,53		
		U Kakós csiga P&P	684,83	163,83	1,81	8,77	2,34	19,20	8,72	0,32	1,7,(3),(6),(12)	
		Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
		Összesen:	4 274,93	1 022,69	28,46	33,50	10,79	149,42	27,72	2,46		
2/21/2025	Óvoda (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves										
		T Meggyes tea	170,52	40,79	0,07	0,01	0,00	10,00	9,99	0,00		
		Magvas sajtkrém	307,79	73,63	1,26	7,40	4,13	0,43	0,01	0,21	7	
		Korpás zsemle	570,99	136,60	4,70	0,35	0,13	28,50	0,00	0,51	1	
		E Tárkonyos csirkeraguleves	368,91	87,04	8,18	2,94	0,87	7,11	0,01	1,30	1,7,9	
		Vanília piskóta	1 545,35	369,70	6,92	9,58	1,55	63,50	31,77	0,42	1,3,7	
		Csokoládé sodó	524,89	125,57	3,35	5,84	1,62	15,50	7,50	0,14	7,15	
		U Bécsi felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
		Félbarna kenyér	648,65	155,18	5,88	0,60	0,18	31,38	0,00	0,00	1	
		Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
		Salátalevél	1,73	0,41	0,04	0,01	0,00	0,05	0,00	0,00		
		Összesen:	4 491,03	1 073,18	33,14	34,89	11,67	156,53	49,28	3,48		