

Heti étlap 2026.03.09 - 2026.03.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 eatrend Tízórai	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Tojáskrém[3], Diétás pékáru BL[1], Paprikával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllal	Rizstej, Zöldfűszeres növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL[1]
		Energia: 111.57 Kcal / 466.36 KJ	Energia: 251.02 Kcal / 1,049.26 KJ	Energia: 186.72 Kcal / 780.49 KJ	Energia: 76.91 Kcal / 321.48 KJ	Energia: 133.47 Kcal / 557.90 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		1.64 g 8.26 g 2.21 g	0.11 g 15.28 g 3.96 g	4.31 g 15.64 g 4.38 g	0.30 g 4.81 g 4.20 g	0.31 g 6.72 g 4.43 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		7.54 g 6.69 g 0.14 g	27.54 g 22.09 g 0.20 g	6.96 g 6.69 g 0.86 g	8.21 g 6.69 g 0.32 g	17.31 g 8.03 g 0.32 g
		1	1	1	1	1
Ebéd	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Erőleves[9], Cénametélttel[1,3], Sertéspörkölt[1], Tökfőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Francia hagymaleves[1], Pirított kenyérkockával[1], Rakott kelkáposzta bulgurral[1]	Babgulyás , Baracklekváros[12], Prézlis nudli, Porcukorral, Alma	BrokkolikréMLEVES[1], Pirított kenyérkockával[1], Mézes-mustáros csirkeragu[10,(12)], Párolt rizzzel	Vegyes gyümölcsleves, Rántott halfilével[1,3,4], Petrezselymes burgonyával, Tartármártással[10,(12)]
		Energia: 456.39 Kcal / 1,907.71 KJ	Energia: 427.22 Kcal / 1,785.78 KJ	Energia: 476.62 Kcal / 1,992.27 KJ	Energia: 493.92 Kcal / 2,064.59 KJ	Energia: 432.30 Kcal / 1,807.01 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		14.98 g 20.7 g 5.23 g	14.39 g 21.58 g 5.39 g	14.00 g 5.63 g 1.26 g	18.92 g 16.78 g 2.29 g	15.48 g 12.74 g 1.93 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		51.51 g 1.51 g 0.61 g	45.89 g 0.80 g 3.65 g	90.40 g 16.94 g 0.53 g	66.19 g 2.03 g 1.15 g	63.01 g 8.30 g 0.57 g
		1,9	9	1	1	1,3
Uzsonna	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Vaníliás növényi túrókrém, Diétás pékáru BL[1]	Mátrai diákcsemegés, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kigóuborkával	GM-Pizzás csiga, Mandarin	Csokoládés puding , Diétás pékáru BL[1]	Bécsi felvágottas , Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel
		Energia: 16.98 Kcal / 70.98 KJ	Energia: 173.66 Kcal / 725.90 KJ	Energia: 191.27 Kcal / 799.51 KJ	Energia: 289.59 Kcal / 1,210.49 KJ	Energia: 197.57 Kcal / 825.84 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		0.06 g 0.39 g 0.00 g	2.55 g 17.80 g 5.31 g	1.20 g 6.11 g 3.05 g	0.30 g 2.98 g 0.42 g	3.03 g 20.18 g 6.10 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		3.27 g 3.02 g 0.00 g	0.62 g 0.09 g 0.69 g	30.43 g 1.71 g 1.50 g	64.06 g 31.97 g 0.01 g	0.82 g 0.13 g 1.05 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

Kód magyarázat: 800 diéta főköd ; 802 diétás korcsoportoskód

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-szulfít	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!
eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertfalva, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783403-5-11
 Adószám: 26215893-4-13
 Élelmiszevezető

Tételes étlap 2026.03.09. - 2026.03.15.

Diéta		Étlap leír	Energia (kJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár			
3/9/2026	hétfő (05302)	Tej és rozslisztmentes 4-6	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 Csipkebogyó tea citrom nélkül	112.45	26.90	0.00	0.00	0.00	6.69	6.69	0.00				
			Tojáskrém	334.66	80.06	1.37	8.20	2.21	0.10	0.00	0.14 3				
			Diétás pékáru BL	2.86	0.69	0.03	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00 1				
			Paprikával	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00				
			E Erdőleves	115.00	27.51	1.35	0.95	0.01	3.44	0.00	0.17 9				
			Cérumetéllel	88.49	21.17	0.92	0.27	0.05	3.74	0.00	0.04 1,3				
			Sertéspörkölt	810.11	193.81	9.75	14.47	4.56	5.95	0.01	0.34 1				
			Tökfőzelékkel	461.80	110.48	2.36	4.95	0.59	13.87	0.00	0.04 1				
			Diétás pékáruval BL, ebédhez	432.30	103.42	0.60	0.15	0.02	24.51	1.50	0.02				
			U Vaníliaos 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 Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00				
			Kolozsvári szalonna	1 746.36	417.79	5.40	43.80	16.60	0.00	0.00	2.10				
			Főtt tojás	1 371.96	328.22	22.00	19.60	6.00	1.40	0.60	0.70 3				
			Héjában sült burgonyával	705.51	168.78	4.50	0.36	0.04	36.00	0.00	0.02				
			Diétás pékáru BL	2.86	0.69	0.03	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00 1				
			Lilahagymával	33.09	7.92	0.24	0.02	0.00	1.66	0.00	0.01				
			P Mátrai diákcsemegés	181.95	43.53	2.28	3.78	1.36	0.05	0.00	0.48				
			Diétás pékáru BL	2.86	0.69	0.03	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00 1				
			Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20				
			Kigyóborkával	9.83	2.35	0.20	0.02	0.15	0.34	0.09	0.01				
			Összesen:		7 276.28	1 740.77	51.75	115.92	39.61	105.81	13.92	4.59			
3/10/2026	kedd (05302)	Tej és rozslisztmentes 4-6	R Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00				
			Csirkeemlősonkás	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 Karamellás rizstej	515.15	123.24	0.04	1.28	0.16	27.31	22.09	0.00				
			Diétás pékáru BL	2.86	0.69	0.03	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00 1				
			Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20				
			E Francia hagymaleves	279.64	65.99	1.22	3.65	0.98	7.17	0.00	0.55 1				
			Pirított kenyérgöccskával	64.87	15.52	0.59	0.06	0.02	3.14	0.00	0.00 1				
			Rakott keltáposzta bulgurral	1 445.07	345.71	12.58	17.87	4.39	35.58	0.80	3.10 1				
			U Mátrai diákcsemegés	181.95	43.53	2.28	3.78	1.36	0.05	0.00	0.48				
			Diétás pékáru BL	2.86	0.69	0.03	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00 1				
			Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20				
			Kigyóborkával	9.83	2.35	0.20	0.02	0.15	0.34	0.09	0.01				
			V Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00				
			Rántott karfiol MIMEN	123.28	29.50	1.47	0.35	0.05	5.06	0.00	0.55				
			Petrezselymes rizzsel	1 320.80	315.98	5.41	9.42	1.09	51.91	0.00	0.37				
			Tartármártással	52.77	12.62	0.04	1.05	0.12	0.75	0.52	0.09 10,(12)				
			P Olasz 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				
			Paprikával	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00				
			Összesen:		6 557.14	1 567.83	30.59	100.36	26.02	135.94	25.51	7.22			
			3/11/2026	szombat (05302)	Tej és rozslisztmentes 4-6	R Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00	
						Cheddar sajtos 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 Csipkebogyó tea citrom nélkül	112.45	26.90				0.00	0.00	0.00	6.69	6.69	0.00				
Szendvics sonkás	133.90	32.04				4.24	1.64	0.58	0.04	0.00	0.66				
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 Babgulyás	320.82	76.75				5.84	3.18	0.77	6.09	0.00	0.19				
Baracklekváros	109.63	26.23				0.06	0.00	0.00	6.44	6.30	0.00 (12)				
Prézlis nudli	1 175.88	281.31				7.50	1.85	0.49	57.38	0.65	0.32				
Porcukorral	167.83	40.15				0.00	0.00	0.00	9.99	9.99	0.00				
Alma	218.12	52.18				0.60	0.60	0.00	10.50	0.00	0.02				
U GM-Pizzás csiga	603.49	144.38				0.50	5.81	3.05	20.63	1.71	1.50				
Mandarin	195.98	46.89				0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00				
V Ásványvíz	0.00	0.00				0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00				
Bácskai rizseshús	1 278.13	305.77				13.88	9.58	1.77	40.90	0.00	0.27				
Csemege uborkával	23.02	5.51				0.24	0.04	0.00	1.04	0.00	0.96 15,(12)				
P Violife növényi sajt szelettel	35.74	8.55				0.00	0.69	0.00	0.60	0.00	0.00				
Diétás pékáru BL	2.86	0.69				0.03	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00 1				
Liga margarinnal	531.22	127.09				0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20				
Kigyóborkával	9.83	2.35				0.20	0.02	0.15	0.34	0.09	0.01				
Összesen:		5 698.62				1 363.34	34.25	56.61	18.64	174.56	27.44	4.65			
3/12/2026	csütörtök (05302)	Tej és rozslisztmentes 4-6				R Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
						Álmos 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				
			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				
			Salátalevéllel	2.16	0.52	0.05	0.01	0.00	0.07	0.00	0.00				
			E Brokkolikrémléves	212.29	50.79	2.08	1.58	0.20	6.89	0.00	0.07 1				
			Pirított kenyérgöccskával	64.87	15.52	0.59	0.06	0.02	3.14	0.00	0.00 1				
			Mézes-mustáros csirkeragu	470.66	112.30	10.89	5.72	0.98	4.26	2.03	0.71 10,(12)				
			Párolt rizzsel	1 318.00	315.31	5.36	9.42	1.09	51.90	0.00	0.37				
			U Csokoládés puding	1 207.60	288.90	0.27	2.98	0.42	63.91	31.97	0.01				
			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				
			Fasírt	1 485.80	355.45	16.34	24.06	7.37	16.14	0.00	1.02 1,3				
			Zöldbabfőzelékkel	569.79	136.31	3.96	6.35	0.72	15.56	0.00	0.62 1				
			Diétás pékáru BL	2.86	0.69	0.03	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00 1				
			P 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				
			Paradicsommal	18.31	4.38	0.20	0.04	0.01	0.80	0.00	0.01				
			Összesen:		7 153.74	1 711.16	46.43	89.84	25.11	174.68	42.70	4.80			
			3/13/2026	péntek (05302)	Tej és rozslisztmentes 4-6	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 Rizstej	351.04	83.98				0.06	1.92	0.23	15.86	8.03	0.00				
Zöldfűszeres növényi szendvicskrém	203.99	48.80				0.22	4.80	4.20	1.30	0.00	0.32				
Diétás pékáru BL	2.86	0.69				0.03	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00 1				
E Vegyes gyümölcsleves	270.19	59.42				0.23	0.14	0.02	15.31	7.50	0.06				
Rántott halfilével	705.98	168.90				10.85	7.86	1.37	12.83	0.28	0.26 1,3,4				
Petrezselymes burgonyával	799.88	191.36				4.36	3.69	0.42	34.12	0.00	0.16				
Tartármártással	52.77	12.62				0.04	1.05	0.12	0.75	0.52	0.09 10,(12)				
U Bécsi felvágottas	279.89	66.96				2.74	6.16	2.29	0.06	0.00	0.84				
Diétás pékáru BL	2.86	0.69				0.03	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00 1				
Liga margarinnal	531.22	127.09				0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20				
Jégsaprettekkel	11.80	2.83				0.22	0.02	0.01	0.53	0.13	0.01				
V Ásványvíz	0.00	0.00				0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00				
Káposztás tésztá	994.71	237.87				3.20	2.31	0.28	50.02	6.70	0.64				
P Sertés páníroz	178.25	42.65				2.38	3.64	1.38	0.04	0.00	0.46				
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				
Kigyóborkával	9.83	2.35				0.20	0.02	0.15	0.34	0.09	0.01				
Összesen:		4 657.42				1 109.04	25.01	50.81	18.44	135.44	24.28	3.86			

Heti étlap 2026.03.09. - 2026.03.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(05392) Tej, alma-, padlizsán,majonéz M 4-6	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Tojáskrémes[3], Diétás pékáru BL[1], Paprikával	Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel	Rizstej, Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]
		Energia: 111.57 Kcal / 466.36 KJ	Energia: 251.02 Kcal / 1,049.26 KJ	Energia: 186.72 Kcal / 780.49 KJ	Energia: 76.91 Kcal / 321.48 KJ	Energia: 133.47 Kcal / 557.90 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		1.64 g 8.26 g 2.21 g	0.11 g 15.28 g 3.96 g	4.31 g 15.64 g 4.38 g	0.30 g 4.81 g 4.20 g	0.31 g 6.72 g 4.43 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		7.54 g 6.69 g 0.14 g	27.54 g 22.09 g 0.20 g	6.96 g 6.69 g 0.86 g	8.21 g 6.69 g 0.32 g	17.31 g 8.03 g 0.32 g
		1	1	1	1	1
Ebéd	(05392) Tej, alma-, padlizsán,majonéz M 4-6	Erőleves[9], Cérnametéllel[1,3], Sertéspörkölt[1], Tököfőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Francia hagymaleves[1], Pírtott kenyérgockával[1], Rakott kelkáposzta bulgarral[1]	Babgulyás , Baracklekváros(12), Prészlis nudli, Porcukorral, Körte	Brokkolikrémeleves[1], Pírtott kenyérgockával[1], Mézes-mustáros csirkeragu[10,(12)], Párolt rizzsel	Vegyes gyümölcsleves, Rántott halfilével[1,3,4], Petrezselymes burgonyával, Uborkasalátával
		Energia: 456.39 Kcal / 1,907.71 KJ	Energia: 427.22 Kcal / 1,785.78 KJ	Energia: 503.93 Kcal / 2,106.43 KJ	Energia: 493.92 Kcal / 2,064.59 KJ	Energia: 434.08 Kcal / 1,814.45 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		14.98 g 20.79 g 5.23 g	14.39 g 21.58 g 5.39 g	14.00 g 5.48 g 1.26 g	18.92 g 16.78 g 2.29 g	15.85 g 11.73 g 2.11 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		51.51 g 1.51 g 0.61 g	45.89 g 0.80 g 3.65 g	97.90 g 16.94 g 0.52 g	66.19 g 2.03 g 1.15 g	65.35 g 10.35 g 0.89 g
		1,9	9	1	1	1,3
Uzsonna	(05392) Tej, alma-, padlizsán,majonéz M 4-6	Vaníliás növényi túrókrémes, Diétás pékáru BL[1]	Mátrai diákcsemegés, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kígyóborkával	GM-Pizzás csiga, Mandarin	Csokoládés puding , Diétás pékáru BL[1]	Bécsi felvágottas , Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel
		Energia: 16.98 Kcal / 70.98 KJ	Energia: 173.66 Kcal / 725.90 KJ	Energia: 191.27 Kcal / 799.51 KJ	Energia: 289.59 Kcal / 1,210.49 KJ	Energia: 197.57 Kcal / 825.84 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		0.06 g 0.39 g 0.00 g	2.55 g 17.80 g 5.31 g	1.20 g 6.11 g 3.05 g	0.30 g 2.98 g 0.42 g	3.03 g 20.18 g 6.10 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		3.27 g 3.02 g 0.00 g	0.62 g 0.09 g 0.69 g	30.43 g 1.71 g 1.50 g	64.06 g 31.97 g 0.01 g	0.82 g 0.13 g 1.05 g
		1	1	1	1	1

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.
 Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén	4-hal	7-tejtermék,laktóz	10-mustár	13-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.

Cégnyilvántartási szám: 17783409-5-15

Adószám: 26215833-13-11

Élelmiszérvizető

Tételes étlap 2026.03.09. - 2026.03.15.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/9/2026	hétfő (05392)	Tej, alma-, padlizsán, majonéz M 4-6										
		Csipebogyó tea citrom nélkül	112.45	26.90	0.00	0.00	0.00	6.69	6.69	0.00		
		Tojáskrémes	334.66	80.06	1.37	8.20	2.21	0.10	0.00	0.14	3	
		Diétás pékáru BL	2.86	0.69	0.03	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00	1	
		Paprikával	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
		Erőleves	115.00	27.51	1.35	0.95	0.01	3.44	0.00	0.17	9	
		Cérametétllet	88.49	21.17	0.92	0.27	0.05	3.74	0.00	0.04	1,3	
		Sertéspörkölt	810.11	193.81	9.75	14.47	4.56	5.95	0.01	0.34	1	
		Tökfőzelékkel	461.80	110.48	2.36	4.95	0.59	13.87	0.00	0.04	1	
		Diétás pékáruval BL, ebédhez	432.30	103.42	0.60	0.15	0.02	24.51	1.50	0.02		
		Vaníliás növényi túrókrémes	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:	2 445.00	584.94	16.68	29.44	7.44	62.32	11.22	0.75		
3/10/2026	kedd (05392)	Tej, alma-, padlizsán, majonéz M 4-6										
		Karamellás rizstej	515.15	123.24	0.04	1.28	0.16	27.31	22.09	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		
		Francia hagymaleves	279.64	65.99	1.22	3.65	0.98	7.17	0.00	0.55	1	
		Pirított kenyérkockával	64.87	15.52	0.59	0.06	0.02	3.14	0.00	0.00	1	
		Rakott kelkáposzta bulgurral	1 445.07	345.71	12.58	17.87	4.39	35.58	0.80	3.10	1	
		Mátrai diákcsemegés	181.95	43.53	2.28	3.78	1.36	0.05	0.00	0.48		
		Diétás pékáru BL	2.86	0.69	0.03	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00	1	
		Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20		
		Kígyóborkával	9.83	2.35	0.20	0.02	0.15	0.34	0.09	0.01		
		Összesen:	3 564.67	851.90	17.05	54.66	14.66	74.05	22.98	4.54		
3/11/2026	szerda (05392)	Tej, alma-, padlizsán, majonéz M 4-6										
		Csipebogyó tea citrom nélkül	112.45	26.90	0.00	0.00	0.00	6.69	6.69	0.00		
		Szendvics sonkás	133.90	32.04	4.24	1.64	0.58	0.04	0.00	0.66		
		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		
		Babgulyás	320.82	76.75	5.84	3.18	0.77	6.09	0.00	0.19		
		Barackleváros	109.63	26.23	0.06	0.00	0.00	6.44	6.30	0.00	(12)	
		Prézlis nudli	1 175.88	281.31	7.50	1.85	0.49	57.38	0.65	0.32		
		Porcukorral	167.83	40.15	0.00	0.00	0.00	9.99	9.99	0.00		
		Körte	332.27	79.49	0.60	0.45	0.00	18.00	0.00	0.01		
		GM-Pizzás csiga	603.49	144.38	0.50	5.81	3.05	20.63	1.71	1.50		
		Mandarin	195.98	46.89	0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00		
		Összesen:	3 686.33	881.92	19.51	27.23	8.69	135.29	25.34	2.88		
3/12/2026	csütörtök (05392)	Tej, alma-, padlizsán, majonéz M 4-6										
		Csipebogyó tea citrom nélkül	112.45	26.90	0.00	0.00	0.00	6.69	6.69	0.00		
		Növényi szendvicskrémes	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	
		Salátalevéllal	2.16	0.52	0.05	0.01	0.00	0.07	0.00	0.00		
		Brokkolikrémesleves	212.29	50.79	2.08	1.58	0.20	6.89	0.00	0.07	1	
		Pirított kenyérkockával	64.87	15.52	0.59	0.06	0.02	3.14	0.00	0.00	1	
		Mézes-mustáros csirkeragu	470.66	112.30	10.89	5.72	0.98	4.26	2.03	0.71	10,(12)	
		Párolt rizzzel	1 318.00	315.31	5.36	9.42	1.09	51.90	0.00	0.37		
		Csokoládés puding	1 207.60	288.90	0.27	2.98	0.42	63.91	31.97	0.01		
		Diétás pékáru BL	2.86	0.69	0.03	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00	1	
		Összesen:	3 597.74	860.42	19.52	24.57	6.91	138.46	40.69	1.48		
3/13/2026	péntek (05392)	Tej, alma-, padlizsán, majonéz M 4-6										
		Rizstej	351.04	83.98	0.06	1.92	0.23	15.86	8.03	0.00		
		Zöldfűszeres növényi szendvicskrémes	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	
		Vegyes gyümölcsleves	270.19	59.42	0.23	0.14	0.02	15.31	7.50	0.06		
		Rántott halfilével	705.98	168.90	10.85	7.86	1.37	12.83	0.28	0.26	1,3,4	
		Petrezselymes burgonyával	799.88	191.36	4.36	3.69	0.42	34.12	0.00	0.16		
		Uborkasalátával	60.20	14.40	0.41	0.04	0.30	3.09	2.57	0.41		
		Bécsi felvágottas	279.89	66.96	2.74	6.16	2.29	0.06	0.00	0.84		
		Diétás pékáru BL	2.86	0.69	0.03	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00	1	
		Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20		
		Jégcsapretekkel	11.80	2.83	0.22	0.02	0.01	0.53	0.13	0.01		
		Összesen:	3 219.91	765.12	19.19	38.63	12.64	83.48	18.51	2.26		

Heti étlap 2026.03.09 - 2026.03.13.



eatrend

Tízórai

5572

Tej,tojás,rozsmment
es
4-6 éves

Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sonkakrémés, Diétás pékáru BL[1], Paprikával			Karamellás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Növényi szendvicskrémés, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllal			Rizstej, Zöldfűszeres növényi szendvicskrémés, Diétás pékáru BL[1]			
Energia: 74.34 Kcal / 310.74 KJ			Energia: 251.02 Kcal / 1,049.26 KJ			Energia: 186.72 Kcal / 780.49 KJ			Energia: 76.91 Kcal / 321.48 KJ			Energia: 133.47 Kcal / 557.90 KJ			
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
1.98 g	3.84 g	1.04 g	0.11 g	15.28 g	3.96 g	4.31 g	15.64 g	4.38 g	0.30 g	4.81 g	4.20 g	0.31 g	6.72 g	4.43 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
7.88 g	6.69 g	0.27 g	27.54 g	22.09 g	0.20 g	6.96 g	6.69 g	0.86 g	8.21 g	6.69 g	0.32 g	17.31 g	8.03 g	0.32 g	
1		1			1			1			1			1	

Ebéd

5572

Tej,tojás,rozsmment
es
4-6 éves

Erőleves[9], Levesbetét, Sertéspörkölt[1], Tökfőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez			Francia hagymaleves[1], Pirított kenyérkockával[1], Rakott kelkáposzta bulgurral[1]			Babgulyás , Baracklekváros(12), Prézlis nudli, Porcukorral, Alma			Brokkolikrémleves[1], Pirított kenyérkockával[1], Mézes-mustáros csirkeragu[10,(12)], Párolt rizszel			Vegyes gyümölcsleves, Rántott halfilével[4], Petrezselymes burgonyával, Tartármártással[10,(12)]			
Energia: 456.11 Kcal / 1,906.54 KJ			Energia: 427.22 Kcal / 1,785.78 KJ			Energia: 476.62 Kcal / 1,992.27 KJ			Energia: 493.92 Kcal / 2,064.59 KJ			Energia: 574.45 Kcal / 2,401.20 KJ			
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
14.30 g	20.64 g	5.19 g	14.39 g	21.58 g	5.39 g	14.00 g	5.63 g	1.26 g	18.92 g	16.78 g	2.29 g	14.31 g	31.94 g	4.05 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
52.39 g	1.81 g	0.58 g	45.89 g	0.80 g	3.65 g	90.40 g	16.94 g	0.53 g	66.19 g	2.03 g	1.15 g	56.39 g	8.02 g	0.55 g	
1,9		9			1			1			1			1	

Uzsonna

5572

Tej,tojás,rozsmment
es
4-6 éves

Vaníliás növényi túrókrémés, Diétás pékáru BL[1]			Mátrai diákcsemegés, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kígyóborkával			GM-Pizzás csiga, Mandarin			Csokoládés puding , Diétás pékáru BL[1]			Bécsi felvágottas , Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel			
Energia: 16.98 Kcal / 70.98 KJ			Energia: 173.66 Kcal / 725.90 KJ			Energia: 191.27 Kcal / 799.51 KJ			Energia: 289.59 Kcal / 1,210.49 KJ			Energia: 197.57 Kcal / 825.84 KJ			
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
0.06 g	0.39 g	0.00 g	2.55 g	17.80 g	5.31 g	1.20 g	6.11 g	3.05 g	0.30 g	2.98 g	0.42 g	3.03 g	20.18 g	6.10 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
3.27 g	3.02 g	0.00 g	0.62 g	0.09 g	0.69 g	30.43 g	1.71 g	1.50 g	64.06 g	31.97 g	0.01 g	0.82 g	0.13 g	1.05 g	
1		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,10-mustár	13-csillagfürt
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!
eatrend Danubia Kft.
2730 Albertirózsa, Pesti út 65.
Céginformációk: 17783409-5-10-
Adószám: 26215833-4-13
Élelmiszérvizsgáló

Heti étlap 2026.03.09. - 2026.03.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 eatrend Tízórai	(05802) GM,TM,OM,hal,citr ,ep,man 4-6	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Tojáskrém[3], Gluténmentes pékáru, Paprikával	Karamellás rizstej, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Növényi szendvicskrém, Gluténmentes pékáru, Salátalevéllal	Rizstej, Zöldfűszeres növényi szendvicskrém, Gluténmentes pékáru
		Energia: 256.88 Kcal / 1,073.76 Kj	Energia: 396.33 Kcal / 1,656.66 Kj	Energia: 332.03 Kcal / 1,387.89 Kj	Energia: 222.22 Kcal / 928.88 Kj	Energia: 278.78 Kcal / 1,165.30 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		5.25 g 9.26 g 2.41 g	3.72 g 16.28 g 4.16 g	7.92 g 16.64 g 4.58 g	3.91 g 5.81 g 4.40 g	3.92 g 7.72 g 4.63 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(05802) GM,TM,OM,hal,citr ,ep,man 4-6	Erőleves[9], Levesbetét, Sertéspörkölt, Tökfőzelékkel, GM pékáruval, ebédhez	Francia hagymaleves, Biosaurus , Rakott kelkáposzta	Babgulyás , Baracklekváros(12), Prézlis nudli, Porcukorral, Alma	Brokkolikrémleves, Biosaurus , Mézes-mustáros csirkeragu[10, (12)], Párolt rizzsel	Vegyes gyümölcsleves, Rántott sertésszelet, Petrezselymes burgonyával, Tartármártással[10,(12)]
		Energia: 411.16 Kcal / 1,718.65 Kj	Energia: 454.59 Kcal / 1,900.19 Kj	Energia: 476.62 Kcal / 1,992.27 Kj	Energia: 523.26 Kcal / 2,187.23 Kj	Energia: 552.18 Kcal / 2,308.11 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		14.55 g 18.12 g 3.03 g	12.39 g 23.01 g 5.45 g	14.00 g 5.63 g 1.26 g	18.12 g 19.61 g 2.55 g	26.69 g 22.88 g 4.61 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(05802) GM,TM,OM,hal,citr ,ep,man 4-6	Vaniliás növényi túrókrém, Gluténmentes pékáru	Mátrai diákcsemegés, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Kígyóuborkával	GM-Pizzás csiga, Körte	Csokoládés puding , Gluténmentes pékáru	Bécsi felvágottas , Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Jégcsapretekkel
		Energia: 162.29 Kcal / 678.37 Kj	Energia: 318.97 Kcal / 1,333.29 Kj	Energia: 223.87 Kcal / 935.78 Kj	Energia: 434.90 Kcal / 1,817.88 Kj	Energia: 342.88 Kcal / 1,433.24 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		3.67 g 1.39 g 0.20 g	6.16 g 18.80 g 5.51 g	1.10 g 6.26 g 3.05 g	3.91 g 3.98 g 0.62 g	6.64 g 21.18 g 6.30 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só

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

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

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén

4-hal

2-rák

5-földimogyoró

3-tojás

6-szója

10-mustár

13-csillagfürt

16-édesgyökér

11-szezám

14-puhatestűek

12-kéndioxid-szulfit 15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!

eatrend Danubia Kft.

2730 Albertirózsa, Pesti út 65.
Csoportos adószám: 17783408-5-13
Adószám: 26215833-4-13

Élelmezésvezető

Tételes étlap 2026.03.09. - 2026.03.15.

Dátum	Étlap leír	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/9/2026	hétfő (05802)	R Almalé 100% Növényi szendvicskrém Gluténmentes pékáru T Csipkebogyó tea citrom nélkül Tojáskrém Gluténmentes pékáru Paprikával E Erőleves Levesbetét Sertéspörkölt Tökfőzelékkel GM pékáruval, ebédhez U Vanília növényi túrókrém Gluténmentes pékáru V Ásványvíz Kolozsvári szalonna Főtt tojás Héjában sült burgonyával Gluténmentes pékáru Lilahagymával P Mátrai diákcsemegés Gluténmentes pékáru Liga margarinnal Kigyóborkával	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00	
			203.99	48.80	0.22	4.80	4.20	1.30	0.00	0.32	
			610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			112.45	26.90	0.00	0.00	0.00	6.69	6.69	0.00	
			334.66	80.06	1.37	8.20	2.21	0.10	0.00	0.14 3	
			610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00	
			92.47	22.12	0.99	0.51	0.01	3.37	0.00	2.53 9	
			87.30	20.89	0.24	0.12	0.01	4.62	0.30	0.01	
			637.26	152.46	10.80	11.08	2.25	2.21	0.00	0.16	
			469.27	112.27	1.92	6.26	0.74	11.80	0.00	0.04	
			432.30	103.42	0.60	0.15	0.02	24.51	1.50	0.02	
			68.09	16.29	0.03	0.39	0.00	3.12	3.02	0.00	
			610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
			1 746.36	417.79	5.40	43.80	16.60	0.00	0.00	2.10	
			1 371.96	328.22	22.00	19.60	6.00	1.40	0.60	0.70 3	
			705.51	168.78	4.50	0.36	0.04	36.00	0.00	0.02	
			610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			33.09	7.92	0.24	0.02	0.00	1.66	0.00	0.01	
			181.95	43.53	2.28	3.78	1.36	0.05	0.00	0.48	
			610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20	
			9.83	2.35	0.20	0.02	0.15	0.34	0.09	0.01	
			Összesen:	10 124.28	2 422.09	69.37	118.25	38.41	237.56	16.21	8.49
3/10/2026	kedd (05802)	R Ásványvíz Csirkemellsonkás Gluténmentes pékáru Liga margarinnal T Karamellás rizstej Gluténmentes pékáru Liga margarinnal E Francia hagymaleves Biosaurus Rakott kelkáposzta U Mátrai diákcsemegés Gluténmentes pékáru Liga margarinnal Kigyóborkával V Almalé 100% Rántott karfiol MIMEN Petrezselymes rizzsel Tartármártással P Olasz felvágottas Gluténmentes pékáru Liga margarinnal Paprikával	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
			92.40	22.11	3.40	0.56	0.19	0.84	0.00	0.43	
			610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20	
			515.15	123.24	0.04	1.28	0.16	27.31	22.09	0.00	
			610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20	
			243.40	57.32	0.83	3.59	0.96	5.55	0.00	0.55	
			208.56	49.90	0.78	1.98	0.18	7.01	0.23	0.10	
			1 451.99	347.37	10.78	17.44	4.31	36.38	0.80	3.09	
			181.95	43.53	2.28	3.78	1.36	0.05	0.00	0.48	
			610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20	
			9.83	2.35	0.20	0.02	0.15	0.34	0.09	0.01	
			38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00	
			123.28	29.50	1.47	0.35	0.05	5.06	0.00	0.55	
			1 320.80	315.98	5.41	9.42	1.09	51.91	0.00	0.37	
			52.77	12.62	0.04	1.05	0.12	0.75	0.52	0.09 10,(12)	
			279.89	66.96	2.74	6.16	2.29	0.06	0.00	0.84	
			610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20	
			16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00	
			Összesen:	9 101.19	2 176.44	43.03	105.79	26.88	248.39	27.34	8.71
3/11/2026	szombat (05802)	R Almalé 100% Cheddar sajtos növényi szendvicskrém Gluténmentes pékáru T Csipkebogyó tea citrom nélkül Szendvics sonkás Gluténmentes pékáru Liga margarinnal E Babgulyás Baracklekváros Prézlis nudli Porcukorral Alma U GM-Pizzás csiga Körte V Ásványvíz Bácskai rizseshús Csemege uborkával P Violife növényi sajt szelettel Gluténmentes pékáru Liga margarinnal Kigyóborkával	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00	
			203.99	48.80	0.22	4.80	4.20	1.30	0.00	0.32	
			610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			112.45	26.90	0.00	0.00	0.00	6.69	6.69	0.00	
			133.90	32.04	4.24	1.64	0.58	0.04	0.00	0.66	
			610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20	
			320.82	76.75	5.84	3.18	0.77	6.09	0.00	0.19	
			109.63	26.23	0.06	0.00	0.00	6.44	6.30	0.00 (12)	
			1 175.88	281.31	7.50	1.85	0.49	57.38	0.65	0.32	
			167.83	40.15	0.00	0.00	0.00	9.99	9.99	0.00	
			218.12	52.18	0.60	0.60	0.00	10.50	0.00	0.02	
			603.49	144.38	0.50	5.81	3.05	20.63	1.71	1.50	
			332.27	79.49	0.60	0.45	0.00	18.00	0.00	0.01	
			0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
			1 278.13	305.77	13.88	9.58	1.78	40.90	0.00	0.27	
			23.02	5.51	0.24	0.04	0.00	1.04	0.00	0.96 15,(12)	
			35.74	8.55	0.00	0.69	0.00	0.60	0.00	0.00	
			610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20	
			9.83	2.35	0.20	0.02	0.15	0.34	0.09	0.01	
			Összesen:	7 657.17	1 831.87	44.98	59.76	19.24	264.81	28.64	5.71
3/12/2026	csütörtök (05802)	R Ásványvíz Álmos sonkás Gluténmentes pékáru Liga margarinnal T Csipkebogyó tea citrom nélkül Növényi szendvicskrém Gluténmentes pékáru Salátalevéllel E Brokkolikrémleves Biosaurus Mézes-mustáros csirkeragu Párolt rizzsel U Csokoládés puding Gluténmentes pékáru V Almalé 100% Fasírt GM Zoldbabfőzelékkel GM pékáru, vacsorához P Fokhagymás felvágottas Gluténmentes pékáru Liga margarinnal Paradicsommal	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
			92.40	22.11	3.40	0.56	0.19	0.84	0.00	0.43	
			610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20	
			112.45	26.90	0.00	0.00	0.00	6.69	6.69	0.00	
			203.99	48.80	0.22	4.80	4.20	1.30	0.00	0.32	
			610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			2.16	0.52	0.05	0.01	0.00	0.07	0.00	0.00	
			191.22	45.75	1.09	2.49	0.30	4.59	0.00	0.06	
			208.56	49.90	0.78	1.98	0.18	7.01	0.23	0.10	
			470.66	112.30	10.89	5.72	0.98	4.26	2.03	0.71 10,(12)	
			1 318.00	315.31	5.36	9.42	1.09	51.90	0.00	0.37	
			1 207.60	288.90	0.27	2.98	0.42	63.91	31.97	0.01	
			610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00	
			1 466.23	350.77	15.26	23.92	7.39	16.20	0.45	0.71 3	
			583.17	139.51	3.45	6.68	0.50	16.39	0.00	0.62	
			432.30	103.42	0.60	0.15	0.02	24.51	1.50	0.02	
			279.89	66.96	2.74	6.16	2.29	0.06	0.00	0.84	
			610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20	
			18.31	4.38	0.20	0.04	0.01	0.80	0.00	0.01	
			Összesen:	10 129.29	2 422.99	59.05	97.01	25.99	310.90	46.48	6.00
3/13/2026	péntek (05802)	R Almalé 100% Sós növényi túrókrém Gluténmentes pékáru T Rizstej Zöldfűszeres növényi szendvicskrém Gluténmentes pékáru E Vegyes gyümölcsleves Rántott sertésszelet Petrezselymes burgonyával Tartármártással U Bécsi felvágottas Gluténmentes pékáru Liga margarinnal Jégcsapretekkel V Ásványvíz Káposztás tészta P Sertés pánzsis Növényi szendvicskrém Gluténmentes pékáru Kigyóborkával	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00	
			13.65	3.27	0.03	0.30	0.00	0.09	0.02	0.49	
			610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			351.04	83.98	0.06	1.92	0.23	15.86	8.03	0.00	
			203.99	48.80	0.22	4.80	4.20	1.30	0.00	0.32	
			610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			224.28	44.96	0.21	0.18	0.01	12.56	7.50	0.06	
			1 267.54	303.24	22.08	17.96	4.06	12.82	0.00	0.39	
799.88	191.36	4.36	3.69	4.02	34.12	0.00	0.16				
52.77	12.62	0.04	1.05	0.12	0.75	0.52	0.09 10,(12)				
279.89	66.96	2.74	6.16	2.29	0.06	0.00	0.84				
610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35				
531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20				
11.80	2.83	0.22	0.02	0.01	0.53	0.13	0.01				
0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00				
555.16	132.82	1.60	5.76	0.73	18.11	0.86	0.60 15				
178.25	42.65	2.38	3.64	1.38	0.04	0.00	0.46				
203.99	48.80	0.22	4.80	4.20	1.30	0.00	0.32				
610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35				
9.83	2.35	0.20	0.02	0.15	0.34	0.09	0.01				
Összesen:	7 163.20	1 705.01	49.06	68.40	22.42	210.17	20.76	5.35			

Heti étlap 2026.03.09 - 2026.03.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
eatrend Tízórai	(05902) Gluténmentes4-6	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Tojáskrém[3], Gluténmentes pékáru, Paprikával	Karamellás tej[7], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Magyaros vajkrém[7], Gluténmentes pékáru, Salátalevéllal	Tehéntej 1,5%[7], Zöldfűszeres sajtkrém[7], Gluténmentes pékáru
		Energia: 256.88 Kcal / 1,073.76 KJ	Energia: 437.89 Kcal / 1,830.38 KJ	Energia: 332.03 Kcal / 1,387.89 KJ	Energia: 249.38 Kcal / 1,042.41 KJ	Energia: 319.54 Kcal / 1,335.68 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		5.25 g 9.26 g 2.41 g	10.51 g 18.02 g 5.63 g	7.92 g 16.64 g 4.58 g	4.19 g 9.01 g 4.07 g	11.59 g 11.73 g 6.41 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(05902) Gluténmentes4-6	Erőleves[9], Levesbetét, Sertéspörkölt, Tökfőzelékkel[7], GM pékáruval, ebédhez	Francia hagymaleves, Kölesgolyóval, Rakott kelkáposzta	Babgulyás [9], Baracklekváros(12), Prézlis nudli, Porcukorral, Alma	Brokkolikrémleves[7], Kölesgolyóval, Mézes-mustáros csirkeragu[7, 10, (12)], Párolt rizzzel	Vegyes gyümölcsleves[7], Rántott halfilével[4], Petrezselymes burgonyával, Tartármártással[7, 10, (12)]
		Energia: 435.35 Kcal / 1,819.76 KJ	Energia: 434.76 Kcal / 1,817.30 KJ	Energia: 526.40 Kcal / 2,200.35 KJ	Energia: 531.05 Kcal / 2,219.79 KJ	Energia: 575.07 Kcal / 2,403.79 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		15.08 g 20.1 g 4.20 g	12.56 g 21.24 g 5.32 g	16.27 g 7.59 g 1.49 g	19.85 g 19.81 g 3.47 g	15.72 g 32.08 g 6.23 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(05902) Gluténmentes4-6	Vaníliás túrókrém[7,(12)], Gluténmentes pékáru	Mátrai diákcsomag, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Kígyóborkával	GM-Pizzás csiga, Mandarin	Csokoládés puding[7], Gluténmentes pékáru	Bécsi felvágottas , Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Jégcsapretekkel
		Energia: 211.26 Kcal / 883.07 KJ	Energia: 318.97 Kcal / 1,333.29 KJ	Energia: 191.27 Kcal / 799.51 KJ	Energia: 455.15 Kcal / 1,902.53 KJ	Energia: 342.88 Kcal / 1,433.24 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		9.05 g 3.83 g 1.74 g	6.16 g 18.80 g 5.51 g	1.20 g 6.11 g 3.05 g	14.02 g 5.62 g 2.70 g	6.64 g 21.18 g 6.30 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.
Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén	4-hal	7-tejtermék,le	10-mustár	13-csillagfűrt
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 Albertirsa, Pesti út 65.
Cégjegyzéki szám: 47783403-5-15
Adószám: 26215833-4-13
Élelmiszevezető

Tételes étlap 2026.03.09. - 2026.03.15.																
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír/sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár			
3/9/2026	hétfő (05902)	Gluténmentes4-6	R Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00					
			Natúr sajtkrém	316.26	75.66	1.10	7.70	4.58	0.40	0.00	0.247					
			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					
			Tojáskrém	334.66	80.06	1.37	8.20	2.21	0.10	0.00	0.143					
			Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35					
			Paprikával	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00					
			E Erőleves	92.47	22.12	0.99	0.51	0.01	3.37	0.00	2.539					
			Levesbetét	87.30	20.89	0.24	0.12	0.01	4.62	0.30	0.01					
			Sertéspörkölt	637.26	152.46	10.80	11.08	2.25	2.21	0.00	0.16					
			Tökfőzelékkel	570.41	136.46	2.45	8.33	1.91	12.61	0.00	0.067					
			GM pékáruval, ebédhez	432.30	103.42	0.60	0.15	0.02	24.51	1.50	0.02					
			U Vanília túrókrém	272.80	65.26	5.41	2.83	1.54	4.47	3.00	0.027,(12)					
			Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35					
			V Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00					
			Kolozsvári szalonna	1 746.36	417.79	5.40	43.80	16.60	0.00	0.00	2.10					
			Főtt tojás	1 371.96	328.22	22.00	19.60	6.00	1.40	0.60	0.703					
			Héjában sült burgonyával	705.51	168.78	4.50	0.36	0.04	36.00	0.00	0.02					
			Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35					
			Lilahagymával	33.09	7.92	0.24	0.02	0.00	1.66	0.00	0.01					
			P Mátrai diákcsemegés	181.95	43.53	2.28	3.78	1.36	0.05	0.00	0.48					
			Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35					
			Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20					
			Kígyóborkával	9.83	2.35	0.20	0.02	0.15	0.34	0.09	0.01					
			Összesen:	10 542.40	2 522.11	76.16	125.66	41.50	238.82	16.19	8.45					
3/10/2026	kedd (05902)	Gluténmentes4-6	R Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00					
			Csirkemellsonkás	92.40	22.11	3.40	0.56	0.19	0.84	0.00	0.43					
			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 Karamellás tej	688.87	164.80	6.83	3.02	1.63	27.39	16.74	0.277					
			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 Francia hagymaleves	280.22	66.13	1.00	3.60	0.97	7.54	0.00	0.56					
			Kölesgolyóval	88.86	21.26	0.78	0.20	0.04	4.80	0.13	0.00					
			Rakott keltáposzta	1 451.99	347.37	10.78	17.44	4.31	36.38	0.80	3.09					
			U Mátrai diákcsemegés	181.95	43.53	2.28	3.78	1.36	0.05	0.00	0.48					
			Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35					
			Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20					
			Kígyóborkával	9.83	2.35	0.20	0.02	0.15	0.34	0.09	0.01					
			V Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00					
			Rántott karfiol MIMEN	123.28	29.50	1.47	0.35	0.05	5.06	0.00	0.55					
			Petrezselymes rizzsel	1 320.80	315.98	5.41	9.42	1.09	51.91	0.00	0.37					
			Tartármártással	144.80	34.64	0.52	2.94	1.18	1.49	0.52	0.117,10,(12)					
			P Olasz 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					
			Paprikával	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00					
			Összesen:	9 284.06	2 220.19	50.47	107.65	29.28	248.99	21.89	8.91					
			3/11/2026	szerda (05902)	Gluténmentes4-6	R Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00		
						Natúr kockasajttal	629.58	150.62	8.36	12.50	7.44	1.00	0.00	1.407		
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					
Szendvics sonkás	133.90	32.04				4.24	1.64	0.58	0.04	0.00	0.66					
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 Babgulyás	528.89	126.53				8.11	5.14	1.00	11.77	0.00	0.199					
Baracklekváros	109.63	26.23				0.06	0.00	0.00	6.44	6.30	0.00(12)					
Prézlis nudli	1 175.88	281.31				7.50	1.85	0.49	57.38	0.65	0.32					
Porcukorral	167.83	40.15				0.00	0.00	0.00	9.99	9.99	0.00					
Alma	218.12	52.18				0.60	0.60	0.00	10.50	0.00	0.02					
U GM-Pizzás csiga	603.49	144.38				0.50	5.81	3.05	20.63	1.71	1.50					
Mandarin	195.98	46.89				0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00					
V Ásványvíz	0.00	0.00				0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00					
Bácskai rizseshús	1 278.13	305.77				13.88	9.58	1.78	40.90	0.00	0.27					
Csemege uborkával	23.02	5.51				0.24	0.04	0.00	1.04	0.00	0.9615,(12)					
P Trápa sajt szelettel	621.77	148.75				11.08	11.24	7.14	0.64	0.00	0.977					
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					
Kígyóborkával	9.83	2.35				0.20	0.02	0.15	0.34	0.09	0.01					
Összesen:	8 740.57	2 091.07				66.57	79.82	29.85	262.03	28.64	7.75					
3/12/2026	csütörtök (05902)	Gluténmentes4-6				R Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
						Alom 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					
			Magyaros vajkrém	317.52	75.96	0.50	8.00	3.87	0.40	0.00	0.017					
			Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35					
			Salátalevéllel	2.16	0.52	0.05	0.01	0.00	0.07	0.00	0.00					
			E Brokkolileves	263.24	62.98	2.40	2.82	0.44	6.83	0.00	0.087					
			Kölesgolyóval	88.86	21.26	0.78	0.20	0.04	4.80	0.13	0.00					
			Mézes-mustáros csirkeragu	550.92	131.50	11.31	7.37	1.90	4.90	2.03	0.737,10,(12)					
			Párolt rizzsel	1 318.00	315.31	5.36	9.42	1.09	51.90	0.00	0.37					
			U Csokoládés puding	1 292.23	309.15	10.38	4.62	2.50	56.13	19.98	0.407					
			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					
			Fasírt GM	1 466.23	350.77	15.26	23.92	7.39	16.20	0.45	0.713					
			Zöldbabfőzelékkel	672.22	160.82	3.98	8.32	1.86	17.21	0.00	0.657					
			GM pékáru, vacsorához	432.30	103.42	0.60	0.15	0.02	24.51	1.50	0.02					
			P 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					
			Paradicsommal	18.31	4.38	0.20	0.04	0.01	0.80	0.00	0.01					
			Összesen:	10 449.08	2 499.50	71.70	103.69	30.02	303.71	34.39	6.05					
			3/13/2026	péntek (05902)	Gluténmentes4-6	R Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00		
						Sós túrókrém	171.13	40.94	4.16	2.19	1.20	1.10	0.00	0.517		
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	0.277					
Zöldfűszeres sajtkrém	317.75	75.99				1.12	7.71	4.58	0.46	0.00	0.247					
Gluténmentes pékáru	610.28	146.00				3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35					
E Vegyes gyümölcsleves	370.65	79.98				1.16	3.03	1.67	13.91	7.50	0.097					
Rántott halfilével	1 124.78	269.09				9.68	22.42	2.96	6.21	0.00	0.244					
Petrezselymes burgonyával	799.88	191.36				4.36	3.69	0.42	34.12	0.00	0.16					
Tartármártással	144.80	34.64				0.52	2.94	1.18	1.49	0.52	0.117,10,(12)					
U Bécsi felvágottas	279.89	66.96				2.74	6.16	2.29	0.06	0.00	0.84					
Gluténmentes pékáru	610.28	146.00				3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35					
Liga margarinnal	531.22	127.09				0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20					
Jégcsapretekkel	11.80	2.83				0.22	0.02	0.01	0.53	0.13	0.01					
V Ásványvíz	0.00	0.00				0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00					
Káposztás tészta	994.71	237.97				3.20	2.31	0.23	50.02	5.70	0.64					
Sertés párizis	178.25	42.65				2.38	3.64	1.38	0.04	0.00	0.46					
Natúr vajkrém	317.52	75.96				0.50	8.00	3.87	0.40	0.00	0.017					
Gluténmentes pékáru	610.28	146.00				3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35					
Kígyóborkával	9.83	2.35				0.20	0.02	0.15	0.34	0.09	0.01					
Összesen:	8 139.87	1 938.64				51.77	83.25	26.19	231.62	17.55	5.19					

Heti étlap 2026.03.09. - 2026.03.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Majonézes tojáskrém[3,7,10,(1,12)], Diétás pékáru BL DIAB [1], Paprikával, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Bécsi felvágottas , Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Magyaros vajkrém[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Salátalevéllal, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Zöldfűszeres sajtkrém[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Alma
		Energia: 337.91 Kcal / 1,412.46 KJ	Energia: 365.78 Kcal / 1,528.96 KJ	Energia: 295.93 Kcal / 1,236.99 KJ	Energia: 257.72 Kcal / 1,077.27 KJ	Energia: 256.75 Kcal / 1,073.22 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		8.11 g 22.28 g 6.28 g	8.16 g 27.19 g 8.40 g	11.16 g 18.15 g 4.97 g	3.73 g 16.89 g 7.75 g	4.90 g 16.28 g 9.18 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	Erőleves[9], Cérametél[1,3], Sertéspörkölt[1], Tököfélékkel[15], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Francia hagymaleves, Kölesgolyóval, Rakott kelkáposzta bulgurral[1,7]	Babgulyás [1,9], Köleskásával[15], Alma	Brokkolikrémleves, Kölesgolyóval, Mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Párolt rizszel	Vegyes gyümölcsleves[15], Rántott halfilével[4], Petrezselymes burgonyával(7), Tartármártással diab[3,7,10,15,(1,12)]
		Energia: 566.85 Kcal / 2,369.43 KJ	Energia: 371.27 Kcal / 1,551.91 KJ	Energia: 331.32 Kcal / 1,384.92 KJ	Energia: 475.98 Kcal / 1,989.60 KJ	Energia: 1,321.54 Kcal / 5,524.04 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		23.98 g 34.41 g 9.69 g	11.72 g 19.82 g 5.89 g	14.78 g 11.31 g 2.16 g	33.48 g 20.73 g 3.95 g	23.65 g 115.90 g 16.64 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	Vaníliás túrókrém[7,15], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Mátrai diákcsemegés, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Kígyóborkával	Zala felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Csokoládés puding TUTTI*[15], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Bécsi felvágottas , Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel
		Energia: 75.43 Kcal / 315.30 KJ	Energia: 215.87 Kcal / 902.34 KJ	Energia: 234.65 Kcal / 980.84 KJ	Energia: 27.06 Kcal / 113.11 KJ	Energia: 292.70 Kcal / 1,223.49 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		6.02 g 2.79 g 1.46 g	4.50 g 19.22 g 5.92 g	6.52 g 20.52 g 6.14 g	0.45 g 0.07 g 0.01 g	6.98 g 26.50 g 8.40 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.
 Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

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

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirózsa, Pesti út 65.
 Gyógyászati osztály: 47783409-5-10
 Árúszám: 26255833-4-13
 Élelmiszevezető

Tételes étlap 2026.03.09. - 2026.03.15.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/9/2026	hétfő (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
				Majonézes tojáskrémes	963.54	230.51	5.19	21.32	6.26	1.25	0.12	0.67 3,7,10,(1),(12)
				Diétás pékáru BL DIAB	195.89	46.86	1.84	0.24	0.02	9.29	0.00	0.03 1
				Paprikával	32.76	7.84	0.48	0.12	0.00	1.20	0.00	0.00
				Alma	218.12	52.18	0.60	0.60	0.00	10.50	0.00	0.02
			E	Erőleves	136.07	32.55	1.53	0.99	0.01	4.24	0.00	0.22 9
				Cérnametélttel	147.48	35.28	1.53	0.45	0.08	6.24	0.00	0.06 1,3
				Sertéspörkölt	1 620.22	387.61	19.50	28.94	9.12	11.89	0.02	0.67 1
				Tökfőzelékkel	292.74	70.04	1.18	3.97	0.47	7.24	0.00	0.02 15
				Diétás pékáruval BL, ebédhez	172.92	41.37	0.24	0.06	0.01	9.80	0.60	0.01
			U	Vaníliás túrókrémes	206.43	49.39	5.00	2.65	1.45	1.33	0.00	0.02 7,15
				Diétás pékáru BL DIAB	108.83	26.04	1.02	0.14	0.01	5.16	0.00	0.02 1
				Összesen:	4 097.17	980.19	38.11	59.48	17.43	68.16	0.75	1.74
3/10/2026	kedd (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
				Bécsi felvágottas	559.78	133.92	5.48	12.32	4.58	0.12	0.00	1.68
				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	Francia hagymaleves	559.97	132.14	1.99	7.19	1.92	15.06	0.00	1.11
				Kölesgolyóval	148.10	35.43	1.30	0.34	0.07	8.00	0.21	0.00
				Rakott kelkáposzta bulgurral	851.47	203.70	8.43	12.29	3.90	14.85	0.00	0.28 1,7
			U	Mátrai diákcsemegés	242.59	58.04	3.04	5.04	1.81	0.06	0.00	0.63
				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
				Kigyóborkával	19.66	4.70	0.40	0.04	0.30	0.68	0.17	0.01
				Összesen:	3 990.79	952.92	24.38	66.23	20.21	64.93	0.39	4.18
3/11/2026	szerda (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
				Szendvics sonkás	267.79	64.07	8.48	3.28	1.15	0.08	0.00	1.31
				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	Babgulyás	866.50	207.30	12.35	10.07	1.95	16.43	0.00	0.40 1,9
				Köleskásával	365.72	87.49	2.01	0.82	0.21	17.80	0.00	0.15 15
				Alma	152.68	36.53	0.42	0.42	0.00	7.35	0.00	0.01
			U	Zala felvágottas	340.77	81.52	5.46	6.38	2.33	0.46	0.00	0.80
				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:	3 602.68	861.90	32.46	49.98	13.27	68.28	0.01	3.14
3/12/2026	csütörtök (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
				Magyaros vajkrémes	635.04	151.92	1.00	16.00	7.73	0.80	0.00	0.01 7
				Diétás pékáru BL DIAB	217.66	52.07	2.04	0.27	0.02	10.32	0.00	0.03 1
				Salátalevéllal	4.32	1.03	0.09	0.02	0.00	0.13	0.00	0.00
				Alma	218.12	52.18	0.60	0.60	0.00	10.50	0.00	0.02
			E	Brokkolikréml leves	356.34	85.25	3.60	5.93	0.69	4.28	0.00	0.13
				Kölesgolyóval	148.10	35.43	1.30	0.34	0.07	8.00	0.21	0.00
				Mustáros csirkeragu	936.00	223.92	26.35	10.53	2.74	5.65	0.00	1.41 7,10,(12)
				Párolt rizszel	549.17	131.38	2.23	3.93	0.45	21.62	0.00	0.15
			U	Csokoládés puding TUTTI*	69.60	16.65	0.04	0.02	0.01	4.05	0.00	0.00 15
				Diétás pékáru BL DIAB	43.53	10.41	0.41	0.05	0.00	2.06	0.00	0.01 1
				Összesen:	3 180.05	760.76	37.66	37.69	11.71	67.43	0.22	1.76
3/13/2026	péntek (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
				Zöldfűszeres sajtkrémes	635.29	151.98	2.26	15.41	9.16	0.82	0.00	0.47 7
				Diétás pékáru BL DIAB	217.66	52.07	2.04	0.27	0.02	10.32	0.00	0.03 1
				Alma	218.12	52.18	0.60	0.60	0.00	10.50	0.00	0.02
			E	Vegyes gyümölcsleves	250.61	59.95	0.68	0.26	0.03	12.77	0.00	0.12 15
				Rántott halfilével	2 600.38	622.10	19.36	54.12	6.98	12.42	0.00	0.47 4
				Petrezselymes burgonyával	375.20	89.76	1.91	2.25	0.59	15.02	0.00	0.19 (7)
				Tartármártással diab	2 297.88	549.73	1.70	59.27	9.04	1.70	0.00	0.28 3,7,10,15,(1),(12)
			U	Bécsi felvágottas	559.78	133.92	5.48	12.32	4.58	0.12	0.00	1.68
				Diétás pékáru BL DIAB	108.83	26.04	1.02	0.14	0.01	5.16	0.00	0.02 1
				Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20
				Jégcsapretekkel	23.60	5.65	0.44	0.04	0.01	1.05	0.26	0.02
				Összesen:	7 820.74	1 870.99	35.53	158.68	34.22	69.98	0.27	3.50

Heti étlap 2026.03.09. - 2026.03.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(06362) Diab. 20-20-15 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Majonézes tojáskrémes[3,7,10, (1,12)], Diétás pékáru BL DIAB [1], Paprikával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Bécsi felvágottas , Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Magyaros vajkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Salátalevéllal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1]
		Energia: 354.85 Kcal / 1,483.27 KJ	Energia: 377.51 Kcal / 1,577.99 KJ	Energia: 307.66 Kcal / 1,286.02 KJ	Energia: 269.45 Kcal / 1,126.30 KJ	Energia: 268.48 Kcal / 1,122.25 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		10.21 g22.04 g6.30 g	10.06 g26.92 g8.42 g	13.06 g17.88 g4.99 g	5.63 g16.62 g7.77 g	6.80 g16.01 g9.20 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		25.44 g0.13 g0.74 g	23.19 g0.01 g1.95 g	23.15 g0.01 g1.58 g	23.92 g0.01 g0.08 g	23.81 g0.01 g0.54 g
		1,15	1,7,15	1,7,15	1,15	1,15
Ebéd	(06362) Diab. 20-20-15 g CH	Erőleves[9], Cérnametéllel[1,3], Sertéspörkölt[1], Tökfőzelékkel[15], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Francia hagymaleves, Kölesgolyóval, Rakott kelkáposzta bulgurral[1,7]	Babgulyás [1,9], Köleskásával[15], Alma	BrokkolikréMLEVES, Kölesgolyóval, Mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Párolt rizszel	gyümölcsleves[15], Rántott halfilével[4], Petrezselymes burgonyával(7), Tartármártással
		Energia: 563.67 Kcal / 2,356.14 KJ	Energia: 320.35 Kcal / 1,339.06 KJ	Energia: 276.07 Kcal / 1,153.97 KJ	Energia: 432.19 Kcal / 1,806.55 KJ	Energia: 1,261.70 Kcal / 5,273.91 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		24.15 g35.37 g9.80 g	9.61 g16.75 g4.91 g	13.81 g10.74 g2.09 g	32.74 g19.42 g3.80 g	22.38 g114.40 g16.25 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		36.32 g0.32 g0.98 g	34.20 g0.21 g1.32 g	30.40 g0.00 g0.50 g	32.35 g0.21 g1.64 g	31.90 g0.00 g0.93 g
		1,7,9,(10)	9,15	1,3,9	1,15	3,7,15
Uzsonna	(06362) Diab. 20-20-15 g CH	Vaníliás túrókrémes[7,15], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Mátrai diákcsemegés, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Kígyóborkával	Zala felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Csokoládés puding TUTTI*[15], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Bécsi felvágottas , Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel
		Energia: 165.37 Kcal / 691.25 KJ	Energia: 305.81 Kcal / 1,278.29 KJ	Energia: 324.59 Kcal / 1,356.79 KJ	Energia: 109.29 Kcal / 456.83 KJ	Energia: 382.64 Kcal / 1,599.44 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		9.54 g3.25 g1.49 g	8.02 g19.68 g5.95 g	10.04 g20.98 g6.17 g	1.20 g0.26 g0.07 g	10.50 g26.96 g8.43 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		24.30 g0.00 g0.09 g	23.79 g0.17 g0.91 g	23.51 g0.00 g1.07 g	25.41 g0.00 g0.02 g	24.22 g0.26 g1.97 g
		1	1,7,15	1	1,7	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-tejtermék10-mustár	13-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szul15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Danubia Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Cégadatok: 47783408-5-10
Adószám: 26215833-4-13
Élelmiszevezető

Tételes étlap 2026.03.09. - 2026.03.15.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/9/2026	hétfő (06362)	Diab. 20-20-15 g CH										
			T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2.17	0.52	0.00	0.00	0.00	0.02	0.01	0.00 15
				Majonézes tojáskrém	963.54	230.51	5.19	21.32	6.26	1.25	0.12	0.67 3,7,10,(1),(12)
				Diétás pékáru BL DIAB	484.78	115.98	4.54	0.60	0.04	22.97	0.00	0.07 1
				Paprikával	32.76	7.84	0.48	0.12	0.00	1.20	0.00	0.00
			E	Erőleves	136.07	32.55	1.53	0.99	0.01	4.24	0.00	0.22 9
				Cénametételtel	147.48	35.28	1.53	0.45	0.08	6.24	0.00	0.06 1,3
				Sertéspörkölt	1 620.22	387.61	19.50	28.94	9.12	11.89	0.02	0.67 1
				Tökfőzelékkel	365.93	87.55	1.47	4.96	0.59	9.05	0.00	0.03 15
				Diétás pékáruval BL, ebédhez	86.46	20.68	0.12	0.03	0.00	4.90	0.30	0.00
			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:	4 530.62	1 083.89	43.90	60.66	17.59	86.06	0.45	1.81
3/10/2026	kedd (06362)	Diab. 20-20-15 g CH										
			T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2.17	0.52	0.00	0.00	0.00	0.02	0.01	0.00 15
				Bécsi felvágottas	559.78	133.92	5.48	12.32	4.58	0.12	0.00	1.68
				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
			E	Francia hagymaleves	559.97	132.14	1.99	7.19	1.92	15.06	0.00	1.11
				Kölesgolyóval	148.10	35.43	1.30	0.34	0.07	8.00	0.21	0.00
				Rakott kelkáposzta bulgurral	638.60	152.78	6.32	9.22	2.92	11.14	0.00	0.21 1,7
			U	Mátrai diákcsemegés	242.59	58.04	3.04	5.04	1.81	0.06	0.00	0.63
				Diétás pékáru BL DIAB	484.78	115.98	4.54	0.60	0.04	22.97	0.00	0.07 1
				Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20
				Kígyóborkával	19.66	4.70	0.40	0.04	0.30	0.68	0.17	0.01
				Összesen:	4 202.87	1 003.67	27.69	63.35	19.28	81.18	0.39	4.18
3/11/2026	szerda (06362)	Diab. 20-20-15 g CH										
			T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2.17	0.52	0.00	0.00	0.00	0.02	0.01	0.00 15
				Szendvics sonkás	267.79	64.07	8.48	3.28	1.15	0.08	0.00	1.31
				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
			E	Babgulyás	866.50	207.30	12.35	10.07	1.95	16.43	0.00	0.40 1,9
				Köleskásával	243.81	58.33	1.34	0.55	0.14	11.87	0.00	0.10 15
				Alma	43.62	10.44	0.12	0.12	0.00	2.10	0.00	0.00
			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
				Összesen:	3 796.66	908.32	36.91	49.60	13.25	77.06	0.01	3.15
3/12/2026	csütörtök (06362)	Diab. 20-20-15 g CH										
			T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2.17	0.52	0.00	0.00	0.00	0.02	0.01	0.00 15
				Magyaros vajkrém	635.04	151.92	1.00	16.00	7.73	0.80	0.00	0.01 7
				Diétás pékáru BL DIAB	484.78	115.98	4.54	0.60	0.04	22.97	0.00	0.07 1
				Salátalevéllal	4.32	1.03	0.09	0.02	0.00	0.13	0.00	0.00
			E	Brokkolikrémléves	356.34	85.25	3.60	5.93	0.69	4.28	0.00	0.13
				Kölesgolyóval	148.10	35.43	1.30	0.34	0.07	8.00	0.21	0.00
				Mustáros csirkeragu	936.00	223.92	26.35	10.53	2.74	5.65	0.00	1.41 7,10,(12)
				Párolt rizzzel	366.11	87.59	1.49	2.62	0.30	14.42	0.00	0.10
			U	Csokoládés puding TUTTI*	347.99	83.25	0.18	0.12	0.06	20.25	0.00	0.00 15
				Diétás pékáru BL DIAB	108.83	26.04	1.02	0.14	0.01	5.16	0.00	0.02 1
				Összesen:	3 389.68	810.93	39.57	36.30	11.64	81.68	0.22	1.74
3/13/2026	péntek (06362)	Diab. 20-20-15 g CH										
			T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2.17	0.52	0.00	0.00	0.00	0.02	0.01	0.00 15
				Zöldfűszeres sajtkrém	635.29	151.98	2.26	15.41	9.16	0.82	0.00	0.47 7
				Diétás pékáru BL DIAB	484.78	115.98	4.54	0.60	0.04	22.97	0.00	0.07 1
			E	Vegyes gyümölcsleves	250.61	59.95	0.68	0.26	0.03	12.77	0.00	0.12 15
				Rántott halfilével	2 600.38	622.10	19.36	54.12	6.98	12.42	0.00	0.47 4
				Petrezselymes burgonyával	125.07	29.92	0.64	0.75	0.20	5.01	0.00	0.06 (7)
				Tartármártással diab	2 297.88	549.73	1.70	59.27	9.04	1.70	0.00	0.28 3,7,10,15,(1),(12)
			U	Bécsi felvágottas	559.78	133.92	5.48	12.32	4.58	0.12	0.00	1.68
				Diétás pékáru BL DIAB	484.78	115.98	4.54	0.60	0.04	22.97	0.00	0.07 1
				Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20
				Jégcsapretekkel	23.60	5.65	0.44	0.04	0.01	1.05	0.26	0.02
				Összesen:	7 995.56	1 912.82	39.68	157.37	33.88	79.93	0.27	3.44

Heti étlap 2026.03.09 - 2026.03.13.

 Tízórai	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Majonézes tojáskrém[3,7,10,(1,12)], Diétás pékáru BL DIAB [1], Paprikával, Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Bécsi felvágottas , Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Magyaros vajkrém[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Salátalevéllal, Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Zöldfűszeres sajtkrém[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Alma		
		Energia: 433.12 Kcal / 1,810.44 KJ			Energia: 455.78 Kcal / 1,905.16 KJ			Energia: 385.93 Kcal / 1,613.19 KJ			Energia: 347.72 Kcal / 1,453.47 KJ			Energia: 346.75 Kcal / 1,449.42 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		11.11 g	22.94 g	6.30 g	10.96 g	27.82 g	8.42 g	13.96 g	18.78 g	4.99 g	6.53 g	17.52 g	7.77 g	7.70 g	16.91 g	9.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		41.19 g	0.13 g	0.77 g	38.94 g	0.01 g	1.98 g	38.90 g	0.01 g	1.61 g	39.67 g	0.01 g	0.11 g	39.56 g	0.01 g	0.57 g
		1,15		1,7,15			1,7,15			1,15			1,15			

Ebéd	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	Erőleves[9], Cémametélttel[1,3], Sertéspörkölt[1], Tökfőzelékkel[15], Diétás pékáruval BL, ebédhez			Francia hagymaleves, Kölesgolyóval, Rakott kelkáposzta bulgurral[1,7]			Babgulyás [1,9], Köleskásával[15], Alma			Brokkolikrémleves, Kölesgolyóval, Mustáros csirkeragu[7,10,(12)], Párolt rizsszel			gyümölcsleves[15], Rántott halfilével[4], Petrezselymes burgonyával(7), Tartármártással		
		Energia: 546.16 Kcal / 2,282.95 KJ			Energia: 371.27 Kcal / 1,551.91 KJ			Energia: 331.32 Kcal / 1,384.92 KJ			Energia: 475.98 Kcal / 1,989.60 KJ			Energia: 1,321.54 Kcal / 5,524.04 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		23.86 g	34.38 g	9.68 g	11.72 g	19.82 g	5.89 g	14.78 g	11.31 g	2.16 g	33.48 g	20.73 g	3.95 g	23.65 g	115.90 g	16.64 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		34.51 g	0.32 g	0.97 g	37.91 g	0.21 g	1.39 g	41.58 g	0.00 g	0.56 g	39.55 g	0.21 g	1.69 g	41.91 g	0.00 g	1.06 g
1,7,9,(10)		9,15			1,3,9			1,15			3,7,15					

Uzsonna	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	Vaníliás túrókrém[7,15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Körte			Mátrai diákcsemegés, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Kígyóborkával, Körte			Zala felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Körte			Csokoládés puding TUTTI[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Körte			Bécsi felvágottas , Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel, Körte		
		Energia: 117.36 Kcal / 490.56 KJ			Energia: 257.80 Kcal / 1,077.60 KJ			Energia: 276.58 Kcal / 1,156.10 KJ			Energia: 66.92 Kcal / 279.73 KJ			Energia: 334.63 Kcal / 1,398.75 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		7.16 g	3.01 g	1.47 g	5.64 g	19.44 g	5.93 g	7.66 g	20.74 g	6.15 g	1.19 g	0.27 g	0.03 g	8.12 g	26.72 g	8.41 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		15.25 g	0.00 g	0.06 g	14.74 g	0.17 g	0.87 g	14.46 g	0.00 g	1.03 g	14.84 g	0.00 g	0.02 g	15.17 g	0.26 g	1.93 g
1		1,7,15			1			1,7			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,laktó	10-mustár	13-csillagfűrt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szézám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulf	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Danubia Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Levegőtisztosítók, 17783403-S-10
Kódszám: 26215833-4-13

Élelmezésvezető

.....
Élelmezésvezető

Tételes étlap 2026.03.09. - 2026.03.15.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/9/2026	hétfő (06381)	Diab. (25-15-30-10-5 gr CH)- TTEU	T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2.17	0.52	0.00	0.00	0.00	0.02	0.01	0.00 15
				Majonézes tojáskrém	963.54	230.51	5.19	21.32	6.26	1.25	0.12	0.67 3,7,10,(1),(12)
				Diétás pékáru BL DIAB	484.78	115.98	4.54	0.60	0.04	22.97	0.00	0.07 1
				Paprikával	32.76	7.84	0.48	0.12	0.00	1.20	0.00	0.00
				Alma	327.18	78.27	0.90	0.90	0.00	15.75	0.00	0.03
				Erőleves	136.07	32.55	1.53	0.99	0.01	4.24	0.00	0.22 9
				Cénametélttel	147.48	35.28	1.53	0.45	0.08	6.24	0.00	0.06 1,3
				Sertéspörkölt	1 620.22	387.61	19.50	28.94	9.12	11.89	0.02	0.67 1
				Tökfőzelékkel	292.74	70.04	1.18	3.97	0.47	7.24	0.00	0.02 15
				Diétás pékáruval BL, ebédhez	86.46	20.68	0.12	0.03	0.00	4.90	0.30	0.00
			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	217.66	52.07	2.04	0.27	0.02	10.32	0.00	0.03 1
				Körte	66.45	15.90	0.12	0.09	0.00	3.60	0.00	0.00
				Összesen:	4 583.94	1 096.64	42.13	60.33	17.45	90.95	0.45	1.79
3/10/2026	kedd (06381)	Diab. (25-15-30-10-5 gr CH)- TTEU	T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2.17	0.52	0.00	0.00	0.00	0.02	0.01	0.00 15
				Bécsi felvágottas	559.78	133.92	5.48	12.32	4.58	0.12	0.00	1.68
				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
				Francia hagymaleves	559.97	132.14	1.99	7.19	1.92	15.06	0.00	1.11
				Kölesgolyóval	148.10	35.43	1.30	0.34	0.07	8.00	0.21	0.00
				Rakott kelkáposzta bulgurral	851.47	203.70	8.43	12.29	3.90	14.85	0.00	0.28 1,7
			U	Mátrai diákcsemegés	242.59	58.04	3.04	5.04	1.81	0.06	0.00	0.63
				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
				Kígyóborkával	19.66	4.70	0.40	0.04	0.30	0.68	0.17	0.01
				Körte	66.45	15.90	0.12	0.09	0.00	3.60	0.00	0.00
				Összesen:	4 542.25	1 084.85	28.32	67.08	20.24	91.59	0.39	4.24
3/11/2026	szerda (06381)	Diab. (25-15-30-10-5 gr CH)- TTEU	T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2.17	0.52	0.00	0.00	0.00	0.02	0.01	0.00 15
				Szendvics sonkás	267.79	64.07	8.48	3.28	1.15	0.08	0.00	1.31
				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
				Babgulyás	866.50	207.30	12.35	10.07	1.95	16.43	0.00	0.40 1,9
				Köleskásával	365.72	87.49	2.01	0.82	0.21	17.80	0.00	0.15 15
				Alma	152.68	36.53	0.42	0.42	0.00	7.35	0.00	0.01
			U	Zala felvágottas	340.77	81.52	5.46	6.38	2.33	0.46	0.00	0.80
				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	66.45	15.90	0.12	0.09	0.00	3.60	0.00	0.00
				Összesen:	4 154.14	993.83	36.40	50.83	13.30	94.94	0.01	3.20
3/12/2026	csütörtök (06381)	Diab. (25-15-30-10-5 gr CH)- TTEU	T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2.17	0.52	0.00	0.00	0.00	0.02	0.01	0.00 15
				Magyaros vajkrém	635.04	151.92	1.00	16.00	7.73	0.80	0.00	0.01 7
				Diétás pékáru BL DIAB	484.78	115.98	4.54	0.60	0.04	22.97	0.00	0.07 1
				Salátalevéllal	4.32	1.03	0.09	0.02	0.00	0.13	0.00	0.00
				Alma	327.18	78.27	0.90	0.90	0.00	15.75	0.00	0.03
				Brokkolikrémléves	356.34	85.25	3.60	5.93	0.69	4.28	0.00	0.13
				Kölesgolyóval	148.10	35.43	1.30	0.34	0.07	8.00	0.21	0.00
				Mustáros csirkeragu	936.00	223.92	26.35	10.53	2.74	5.65	0.00	1.41 7,10,(12)
				Párolt rizszel	549.17	131.38	2.23	3.93	0.45	21.62	0.00	0.15
			U	Csokoládés puding TUTTI*	104.40	24.98	0.05	0.04	0.02	6.08	0.00	0.00 15
				Diétás pékáru BL DIAB	108.83	26.04	1.02	0.14	0.01	5.16	0.00	0.02 1
				Körte	66.45	15.90	0.12	0.09	0.00	3.60	0.00	0.00
				Összesen:	3 722.78	890.62	41.20	38.52	11.75	94.06	0.22	1.82
3/13/2026	péntek (06381)	Diab. (25-15-30-10-5 gr CH)- TTEU	T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2.17	0.52	0.00	0.00	0.00	0.02	0.01	0.00 15
				Zöldfűszeres sajtkrém	635.29	151.98	2.26	15.41	9.16	0.82	0.00	0.47 7
				Diétás pékáru BL DIAB	484.78	115.98	4.54	0.60	0.04	22.97	0.00	0.07 1
				Alma	327.18	78.27	0.90	0.90	0.00	15.75	0.00	0.03
			E	Vegyes gyümölcsleves	250.61	59.95	0.68	0.26	0.03	12.77	0.00	0.12 15
				Rántott halfilével	2 600.38	622.10	19.36	54.12	6.98	12.42	0.00	0.47 4
				Petrezselymes burgonyával	375.20	89.76	1.91	2.25	0.59	15.02	0.00	0.19 (7)
				Tartármártással diab	2 297.88	549.73	1.70	59.27	9.04	1.70	0.00	0.28 3,7,10,15,(1),(12)
			U	Bécsi felvágottas	559.78	133.92	5.48	12.32	4.58	0.12	0.00	1.68
				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
				Jégcsapretekkel	23.60	5.65	0.44	0.04	0.01	1.05	0.26	0.02
				Körte	66.45	15.90	0.12	0.09	0.00	3.60	0.00	0.00
				Összesen:	8 372.20	2 002.92	39.47	159.53	34.25	96.64	0.27	3.56