

Heti étlap 2026.03.16 - 2026.03.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Bécsi felvágottas , Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel	Rizstej, Baracklekváros(12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sült húskrém, Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Tonhalkrém[4], Diétás pékáru BL[1], Paprikával	Vaníliás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Mandarin
		Energia: 292.08 Kcal / 1,220.89 KJ	Energia: 305.60 Kcal / 1,277.41 KJ	Energia: 209.79 Kcal / 876.92 KJ	Energia: 218.60 Kcal / 913.75 KJ	Energia: 382.39 Kcal / 1,598.39 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		5.35 g 20.36 g 6.17 g	2.51 g 16.10 g 4.10 g	3.99 g 11.91 g 3.56 g	2.98 g 13.24 g 3.60 g	3.16 g 16.40 g 4.11 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Zellerkrémleves[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Pusztaörkölt burgonyával, Diétás pékáruval BL, ebédhez, Vegyes vágottal[15,(10,12)]	Tavaszi zöldségleves[9], Sertés aprósült, Sárgaborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Tojás-és olajosmagmentes lebbencsleves , Csirkepaprikás[1], Galuskával[1,3]	Bakonyi betyárgulyás, Piskóta kocka[1,3], Tejmentes csokoládé sodóval	Sajtgaluska[1,9], Székelykáposzta[1,(12)], Diétás pékáruval BL, ebédhez
		Energia: 447.91 Kcal / 1,872.26 KJ	Energia: 453.37 Kcal / 1,895.09 KJ	Energia: 852.93 Kcal / 3,565.25 KJ	Energia: 839.77 Kcal / 3,510.24 KJ	Energia: 289.69 Kcal / 1,210.90 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		17.37 g 12.62 g 2.53 g	23.01 g 13.97 g 2.69 g	63.32 g 28.18 g 5.27 g	15.83 g 25.98 g 5.15 g	15.79 g 8.16 g 2.05 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Violife növényi sajt szelettel, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Paprikás szalámis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Vaníliás szív-TündérManna	Zala felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel
		Energia: 203.94 Kcal / 852.47 KJ	Energia: 248.73 Kcal / 1,039.69 KJ	Energia: 221.05 Kcal / 923.99 KJ	Energia: 236.15 Kcal / 987.11 KJ	Energia: 230.26 Kcal / 962.49 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		2.39 g 14.87 g 3.87 g	4.59 g 18.82 g 5.48 g	0.84 g 5.10 g 1.50 g	5.12 g 17.37 g 5.04 g	6.85 g 15.84 g 4.46 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

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-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertfalva, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783403-5-11
 Ártárhívószám: 26215893-4-13
 Élelmiszevizető

Tételek étlap 2026.03.16. - 2026.03.22.																	
	Dátum	Ételtípus	Energia (KJ)	Energia (kcal)	Szénhidrát (g)	Zsír (g)	Fehérje (g)	Értékelési pont	Glükóz (g)	Szénhidrát (g)	Zsír (g)	Só (g)	Átlagérték	Fogy. ár			
31/02/2026	hétfő (05302)	Telj és rozsliszteszmentes 4-6	R Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00						
			Padlizsánkremés	221.50	52.99	0.28	5.29	1.43	1.01	0.00	0.18						
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.031						
			T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112.45	26.90	0.00	0.00	0.00	6.69	6.69	0.00						
			Bécsi felvágottas	279.89	66.96	2.74	6.16	2.29	0.06	0.00	0.84						
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.031						
			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						
			E Zellerkremleves	198.14	47.40	1.02	2.51	0.29	4.90	0.00	0.181,9						
			P Pirított kenyérgöckével	64.87	15.52	0.59	0.06	0.02	3.14	0.00	0.001						
			Pusztaporkolt burgonyával	1143.70	273.61	14.72	9.82	2.20	30.72	0.00	0.97						
			Cheedar sajtos növényi szendvicskremés	432.30	103.42	0.60	0.15	0.02	24.51	1.50	0.02						
			Vegyes vágottal	33.26	7.96	0.44	0.08	0.00	1.36	0.00	0.3615,(10),(12)						
			U Főtt növényi sajt szelettel	35.74	8.55	0.00	0.69	0.00	0.60	0.00	0.00						
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.031						
			Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20						
			V Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00						
			Hamburger	1236.65	296.85	14.58	8.45	2.93	37.06	6.40	2.79						
			P Mátrai diákcsomag	121.30	29.02	1.52	2.52	0.91	0.03	0.00	0.32						
			Cheedar sajtos növényi szendvicskremés	203.99	48.80	0.22	4.80	4.20	1.30	0.00	0.32						
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.031						
			Paprikával	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00						
Összesen:	6355.20	1520.39	46.75	69.43	22.20	171.88	16.73	6.51									
31/02/2026	kedd (05302)	Telj és rozsliszteszmentes 4-6	R Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00						
			Soproni felvágottas	279.89	66.96	2.74	6.16	2.29	0.06	0.00	0.84						
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.031						
			Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20						
			T Rizstetj	351.04	83.98	0.06	1.92	0.23	15.86	8.03	0.00						
			Baracklékváros	109.63	26.23	0.06	0.00	0.00	6.44	6.30	0.00(12)						
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.031						
			Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20						
			E Tavasszi zöldségleves	184.45	44.13	1.49	2.02	0.23	4.83	0.01	0.39						
			Sertés aprósült	431.81	103.31	10.60	6.38	1.75	0.75	0.00	0.60						
			Sárgaborsófőzelékkel	846.47	202.51	10.32	5.42	0.69	27.86	0.00	0.11						
			Diétás pékáru BL	432.30	103.42	0.60	0.15	0.02	24.51	1.50	0.02						
			U Paprikás szalámis	206.66	49.42	1.96	4.58	1.61	0.03	0.00	0.40						
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.031						
			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:	7905.19	1891.23	45.89	88.04	23.27	225.67	71.54	3.87						
			31/02/2026	szerda (05302)	Telj és rozsliszteszmentes 4-6	R Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00			
						Zöldfűszeres növényi szendvicskremés	203.99	48.80	0.22	4.80	4.20	1.30	0.00	0.32			
						Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.031			
						T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112.45	26.90	0.00	0.00	0.00	6.69	6.69	0.00			
						Sült húskremés	469.14	112.24	1.44	11.71	3.34	0.13	0.00	0.25			
						Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.031			
						Kégyborkoltal	9.63	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.09	0.01			
E Tojás-és olajosmagmentes lebbencseleves	315.68	75.52				1.32	2.59	0.33	11.50	0.26	2.51						
Csirképaprikás	1726.69	413.08				52.02	17.46	3.71	11.41	0.00	2.061						
Cukorkával	1522.92	364.33				9.98	8.13	1.23	62.30	0.01	2.841,3						
U Vanília sziv-TündérManna	923.99	221.05				0.84	5.10	1.50	41.10	2.10	0.58						
V Ásványvíz	0.00	0.00				0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00						
Toscan sertésragu	208.12	49.79				1.53	2.35	1.00	5.58	2.52	0.80						
Penne tésztával	1044.91	249.98				9.79	5.55	0.83	39.91	0.00	0.013						
P Sertés párizsis	178.25	42.65				2.38	3.64	1.38	0.04	0.00	0.46						
Diétás pékáru BL	285.50	68.30				2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.031						
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:	8154.28	1950.79				87.13	76.01	21.71	225.87	13.81	10.53						
31/02/2026	csütörtök (05302)	Telj és rozsliszteszmentes 4-6				R Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
						Olajos felvágottas	279.89	66.96	2.74	6.16	2.29	0.06	0.00	0.84			
						Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.031			
			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	469.42	119.48	0.39	13.00	3.53	0.08	0.00	0.204						
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.031						
			Paprikával	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00						
			E Bakonyi bityárgulyás	581.21	139.05	5.73	10.01	2.79	6.31	0.01	1.15						
			Piskóta kocka	2504.84	599.24	9.99	14.71	2.19	105.82	54.69	0.771,3						
			Tegyes csokoládé sodóval	424.19	101.48	0.11	1.26	0.17	21.88	9.72	0.40						
			U Zala felvágottas	170.39	40.76	2.73	3.19	1.17	0.23	0.00	0.40						
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.031						
			Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20						
			R Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00						
			Brassói aprópecsenye	1384.62	331.25	17.14	10.32	2.30	41.29	0.00	1.54						
			Üborkasalátával	60.20	14.40	0.41	0.04	0.30	3.09	2.57	0.41						
			P Húzi kobászkremés	455.45	108.96	0.91	11.55	3.16	0.23	0.00	0.27						
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.031						
			Paradicsommal	18.31	4.38	0.20	0.04	0.01	0.80	0.00	0.01						
			Összesen:	8750.68	2093.44	50.17	99.16	25.81	246.45	75.69	6.11						
31/02/2026	péntek (05302)	Telj és rozsliszteszmentes 4-6	R Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00						
			Növényi szendvicskremés	203.99	48.80	0.22	4.80	4.20	1.30	0.00	0.32						
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.031						
			T Vanília rizstetj	585.65	140.11	0.07	1.92	0.24	29.82	21.42	0.00						
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.031						
			Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20						
			E Mandarin	165.98	46.69	0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00						
			E Bagettaleves	207.49	49.64	1.46	2.88	0.31	4.96	0.00	1151,9						
			Szekelykáposzta	171.14	33.63	13.73	5.43	1.72	8.04	0.00	0.881,(12)						
			Diétás pékáru BL	432.30	103.42	0.60	0.15	0.02	24.51	1.50	0.02						
			U Szendvics sonkással	153.90	32.04	4.24	1.64	0.58	0.04	0.00	0.66						
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.031						
			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						
			Sonkás kenyérgúdos	1295.06	309.82	11.38	5.96	1.14	42.41	2.10	0.471						
			P Soproni felvágottas	279.89	66.96	2.74	6.16	2.29	0.06	0.00	0.84						
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.031						
			Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20						
			Összesen:	6691.65	1600.89	44.98	71.78	22.21	190.92	25.56	5.07						
			31/02/2026	szombat (05302)	Telj és rozsliszteszmentes 4-6	R Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
						Paprikás szalámis	206.66	49.42	1.96	4.58	1.61	0.03	0.00	0.40			
						Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.031			
						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						
T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112.45	26.90				0.00	0.00	0.00	6.69	6.69	0.00						
Puffasztott rizs szelet	630.34	150.80				3.20	0.80	0.16	31.32	0.00	0.00						
Alma	218.12	52.18				0.60	0.00	0.00	10.50	0.00	0.02						
E Csúkos bagulyal	667.21	159.62				7.81	7.79	1.95	14.31	0.01	1.101,9						
Áfonyalekvárral	126.17	24.44				0.04	0.01	0.11	5.97	5.70	0.00(12)						
Palestina TTM	1506.52	360.41				11.32	14.45	2.55	45.75	1.00	0.371						
E Szegélykáposzta	203.99	49.64				0.22	4.80	4.20	1.30	0.00	0.32						
Diétás pékáru BL	285.50	68.30				2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.031						

Heti étlap 2026.03.16. - 2026.03.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(05392) Tej, alma, padlizsán, majonéz M 4-6	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Bécsi felvágottas , Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel	Rizstej, Baracklekváros(12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sült húskrémés, Diétás pékáru BL[1], Kígyóborkával	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Tonhalkrémés[4], Diétás pékáru BL[1], Paprikával	Vaníliás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Mandarin
		Energia: 292.08 Kcal / 1,220.89 KJ	Energia: 305.60 Kcal / 1,277.41 KJ	Energia: 209.79 Kcal / 876.92 KJ	Energia: 218.60 Kcal / 913.75 KJ	Energia: 382.39 Kcal / 1,598.39 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		5.35 g20.36 g6.17 g	2.51 g16.10 g4.10 g	3.99 g11.91 g3.56 g	2.98 g13.24 g3.60 g	3.16 g16.40 g4.11 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	(05392) Tej, alma, padlizsán, majonéz M 4-6	Zellerkrémleves[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Puszta-pörkölt burgonyával, Diétás pékáruval BL, ebédhez, Vegyes vágottal[15,(10,12)]	Tavaszi zöldségleves[9], Sertés aprósült, Sárgaborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Tojás-és olajosmagmentes lebbencsleves , Csirkepaprikás[1], Galuskával[1,3]	Bakonyi betyárgulyás, Piskóta kocka[1,3], Tejmentes csokoládé sodóval	Sajtgaluskaleves[1,9], Székelykáposzta[1,(12)], Diétás pékáruval BL, ebédhez
		Energia: 447.91 Kcal / 1,872.26 KJ	Energia: 453.37 Kcal / 1,895.09 KJ	Energia: 852.93 Kcal / 3,565.25 KJ	Energia: 839.77 Kcal / 3,510.24 KJ	Energia: 289.69 Kcal / 1,210.90 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		17.37 g12.62 g2.53 g	23.01 g13.97 g2.69 g	63.32 g28.18 g5.27 g	15.83 g25.98 g5.15 g	15.79 g8.16 g2.05 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	(05392) Tej, alma, padlizsán, majonéz M 4-6	Violife növényi sajt szelettel, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Paprikás szalámis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Vaníliás szív-TündérManna	Zala felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel
		Energia: 203.94 Kcal / 852.47 KJ	Energia: 248.73 Kcal / 1,039.69 KJ	Energia: 221.05 Kcal / 923.99 KJ	Energia: 236.15 Kcal / 987.11 KJ	Energia: 230.26 Kcal / 962.49 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		2.39 g14.87 g3.87 g	4.59 g18.82 g5.48 g	0.84 g5.10 g1.50 g	5.12 g17.37 g5.04 g	6.85 g15.84 g4.46 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-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	

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirózsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783408-5-13
 Adószám: 26215834-13
 Élelmiszevizető

Tételes étlap 2026.03.16. - 2026.03.22.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/16/2026	hétfő (05392)	Tej, alma-, padlizsán, majonézM 4-6										
3/17/2026	kedd (05392)	Tej, alma-, padlizsán, majonézM 4-6										
3/18/2026	szerda (05392)	Tej, alma-, padlizsán, majonézM 4-6										
3/19/2026	csütörtök (05392)	Tej, alma-, padlizsán, majonézM 4-6										
3/20/2026	péntek (05392)	Tej, alma-, padlizsán, majonézM 4-6										

Heti étlap 2026.03.16 - 2026.03.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	5572 Tej,tojás,rozsmment es 4-6 éves	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Bécsi felvágottas , Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel	Rizstej, Baracklekváros(12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sült húskrémes, Diétás pékáru BL[1], Kigyóborkával	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Tonhalkrémes[4], Diétás pékáru BL[1], Paprikával	Vaníliás rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Mandarin
		Energia: 292.08 Kcal / 1,220.89 Kj	Energia: 305.60 Kcal / 1,277.41 Kj	Energia: 209.79 Kcal / 876.92 Kj	Energia: 218.60 Kcal / 913.75 Kj	Energia: 382.39 Kcal / 1,598.39 Kj
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		5.35 g20.36 g6.17 g	2.51 g16.10 g4.10 g	3.99 g11.91 g3.56 g	2.98 g13.24 g3.60 g	3.16 g16.40 g4.11 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		21.61 g6.82 g1.08 g	36.63 g14.33 g0.23 g	21.41 g6.78 g0.29 g	21.62 g6.69 g0.23 g	53.95 g21.42 g0.23 g
		1	1	1	1	1
Ebéd	5572 Tej,tojás,rozsmment es 4-6 éves	Zellerkrémleves[1,9], Pirított kenyérkockával[1], Pusztapörkölt burgonyával, Diétás pékáruval BL, ebédhez, Vegyes vágottal[15,(10,12)]	Tavaszi zöldségleves[9], Sertés aprósült, Sárgaborsófőzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Tojás-és olajosmagmentes lebbencsleves , Csirkepaprikás[1], Galuskával[1]	Bakonyi betyárgulyás, Piskóta kocka[1], Tejmentes csokoládé sodóval	Sajtgaluscaleves[1], Székelykáposzta[1,(12)], Diétás pékáruval BL, ebédhez
		Energia: 447.91 Kcal / 1,872.26 Kj	Energia: 453.37 Kcal / 1,895.09 Kj	Energia: 855.07 Kcal / 3,574.19 Kj	Energia: 828.57 Kcal / 3,463.42 Kj	Energia: 288.92 Kcal / 1,207.69 Kj
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		17.37 g12.62 g2.53 g	23.01 g13.97 g2.69 g	63.51 g28.35 g5.31 g	15.43 g25.49 g5.10 g	15.76 g8.16 g2.05 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		64.63 g1.50 g1.53 g	57.95 g1.51 g0.96 g	85.24 g0.26 g7.41 g	132.79 g63.74 g1.92 g	37.38 g1.50 g1.05 g
		1,9	9	1	1	1
Uzsonna	5572 Tej,tojás,rozsmment es 4-6 éves	Violife növényi sajt szelettel, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Paprikás szalámis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Vaníliás szív- TündérManna	Zala felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel
		Energia: 203.94 Kcal / 852.47 Kj	Energia: 248.73 Kcal / 1,039.69 Kj	Energia: 221.05 Kcal / 923.99 Kj	Energia: 236.15 Kcal / 987.11 Kj	Energia: 230.26 Kcal / 962.49 Kj
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		2.39 g14.87 g3.87 g	4.59 g18.82 g5.48 g	0.84 g5.10 g1.50 g	5.12 g17.37 g5.04 g	6.85 g15.84 g4.46 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		14.93 g0.00 g0.23 g	14.96 g0.00 g0.63 g	41.10 g2.10 g0.58 g	14.56 g0.00 g0.63 g	14.90 g0.13 g0.90 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,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: adószám: 17783409-5-15
Térségi adószám: 26215833-4-13
Élelmiszevizető

Tételes étlap 2026.03.16. - 2026.03.22.

Diéta		Ételtízel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír/sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/16/2026	hétfő (05572)	Tej, tojás, rozsmentes4-6	R Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00	
			Padlizsánkrém	221.50	52.99	0.28	5.29	1.43	1.01	0.00	0.18	
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.03 1	
			T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112.45	26.90	0.00	0.00	0.00	6.69	6.69	0.00	
			Bécsi felvágottas	279.89	66.96	2.74	6.16	2.29	0.06	0.00	0.84	
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.03 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	
			E Zellerkrémleves	198.14	47.40	1.02	2.51	0.29	4.90	0.00	0.18 1,9	
			Pirított kenyérgöckökával	64.87	15.52	0.59	0.06	0.02	3.14	0.00	0.00 1	
			Pusztapörkölt burgonyával	1 143.70	273.61	14.72	9.82	2.20	30.72	0.00	0.97	
			Diétás pékáruval BL, ebédhez	432.30	103.42	0.60	0.15	0.02	24.51	1.50	0.02	
			Vegyes vágottal	33.26	7.96	0.44	0.08	0.00	1.36	0.00	0.36 15,(10),(12)	
			U Violette növényi sajt szelettel	35.74	8.55	0.00	0.69	0.00	0.60	0.00	0.00	
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.03 1	
			Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20	
			V Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
			Hamburger	1 236.65	295.85	14.58	8.45	2.93	37.06	6.40	2.79	
			P Mátrai diákcsemegés	121.30	29.02	1.52	2.52	0.91	0.03	0.00	0.32	
			Cheddar sajtos növényi szendvicskrém	203.99	48.80	0.22	4.80	4.20	1.30	0.00	0.32	
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.03 1	
			Paprikával	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00	
			Összesen:	6 355.20	1 520.39	46.75	69.43	22.20	171.88	16.73	6.51	
3/17/2026	kedd (05572)	Tej, tojás, rozsmentes4-6	R Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
			Soproni felvágottas	279.89	66.96	2.74	6.16	2.29	0.06	0.00	0.84	
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.03 1	
			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	
			Baracklekváros	109.63	26.23	0.06	0.00	0.00	6.44	6.30	0.00 (12)	
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.03 1	
			Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20	
			E Tavaszai zöldségleves	184.45	44.13	1.49	2.02	0.23	4.83	0.01	0.33 9	
			Sertés aprósült	431.81	103.31	10.60	6.38	1.75	0.75	0.00	0.60	
			Sárgaborsófőzelékkel	846.47	202.51	10.32	5.42	0.69	27.86	0.00	0.01 1	
			Diétás pékáruval BL, ebédhez	432.30	103.42	0.60	0.15	0.02	24.51	1.50	0.02	
			U Paprikás szalámis	206.56	49.42	1.96	4.58	1.61	0.03	0.00	0.40	
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.03 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	
			V Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00	
			Tejbedara rizstejjel	995.19	238.08	2.75	2.72	0.30	49.53	18.72	0.08 1	
			Kakaó szórattal	595.52	142.47	0.93	0.11	0.07	35.03	34.97	0.01	
			P Szendvics sonkás	133.90	32.04	4.24	1.64	0.58	0.04	0.00	0.66	
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.03 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:	7 905.19	1 891.23	45.89	88.04	23.27	225.67	71.54	3.87				
3/18/2026	szerda (05572)	Tej, tojás, rozsmentes4-6	R Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00	
			Zöldfűszeres növényi szendvicskrém	203.99	48.80	0.22	4.80	4.20	1.30	0.00	0.32	
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.03 1	
			T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112.45	26.90	0.00	0.00	0.00	6.69	6.69	0.00	
			Sült húskrém	469.14	112.24	1.44	11.71	3.34	0.13	0.00	0.25	
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.03 1	
			Kígyóborkával	9.83	2.35	0.20	0.02	0.15	0.34	0.09	0.01	
			E Tojás-és olajosmagmentes lebbencsleves	315.68	75.52	1.32	2.59	0.33	11.50	0.26	2.51	
			Csirkepaprikás	1 726.69	413.08	52.02	17.46	3.71	11.41	0.00	2.06 1	
			Galuskával	1 531.86	366.47	10.17	8.30	1.27	62.33	0.00	2.84 1	
			U Vanília sziv-TündérManna	923.99	221.05	0.84	5.10	1.50	41.10	2.10	0.58	
			V Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
			Toscan sertésragu	208.12	49.79	1.53	2.35	1.00	5.58	2.52	0.80	
			Főtt tésztával	997.92	238.74	2.30	5.46	0.42	44.35	2.88	0.14	
			P Sertés párizsis	178.25	42.65	2.38	3.64	1.38	0.04	0.00	0.46	
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.03 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:	8 116.23	1 941.69	79.83	76.09	21.34	230.34	16.68	10.27	
3/19/2026	csütörtök (05572)	Tej, tojás, rozsmentes4-6	R Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
			Ólász felvágottas	279.89	66.96	2.74	6.16	2.29	0.06	0.00	0.84	
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.03 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	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.03 1	
			Paprikával	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00	
			E Bakonyi betyárgulyás	581.21	139.05	5.73	10.01	2.79	6.31	0.01	1.15	
			Piskóta kocka	2 458.02	588.04	9.59	14.22	2.14	104.60	54.01	0.77 1	
			Tejmentes csokoládé sodóval	424.19	101.48	0.11	1.26	0.17	21.88	9.72	0.00	
			U Zala felvágottas	170.39	40.76	2.73	3.19	1.17	0.23	0.00	0.40	
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.03 1	
			Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20	
			V Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00	
			Brassói aprópecsenye	1 384.62	331.25	17.14	10.32	2.30	41.29	0.00	1.54	
			Uborkasalátával	60.20	14.40	0.41	0.04	0.30	3.09	2.57	0.41	
			P Házi kolbászkrém	455.45	108.96	0.91	11.55	3.16	0.23	0.00	0.27	
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.03 1	
			Paradicsommal	18.31	4.38	0.20	0.04	0.01	0.80	0.00	0.01	
			Összesen:	8 703.76	2 082.24	49.77	98.67	25.76	245.23	75.01	6.11	
3/20/2026	péntek (05572)	Tej, tojás, 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	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.03 1	
			T Vanília rizstej	585.65	140.11	0.07	1.92	0.24	29.82	21.42	0.00	
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.03 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 Sajtgaluskaleves	204.26	48.87	1.43	2.58	0.31	4.83	0.00	0.15 1	
			Székelykáposzta	571.14	136.63	13.73	5.43	1.72	8.04	0.00	0.88 1,(12)	
			Diétás pékáruval BL, ebédhez	432.30	103.42	0.60	0.15	0.02	24.51	1.50	0.02	
			U Szendvics sonkás	133.90	32.04	4.24	1.64	0.58	0.04	0.00	0.66	
			Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.03 1	
Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20				
Jégcsapretekkel	11.80	2.83	0.22	0.02	0.01	0.53	0.13	0.01				
V Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00				
Sonkás kenyérlángos	1 295.06	309.82	11.38	5.96	1.14	52.41	0.50	1.47 1				
P Soproni felvágottas	279.89	66.96	2.74	6.16	2.29	0.06	0.00	0.84				
Diétás pékáru BL	285.50	68.30	2.35	0.18	0.07	14.25	0.00	0.03 1				
Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20				
Összesen:	6 688.42	1 600.12	44.95	71.78	22.21	190.79	25.56	5.07				

Heti étlap 2026.03.16.- 2026.03.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 eatrend Tízórai	(05802) GM,TM,OM,hal,citr ,ep,man 4-6	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Bécsi felvágottas , Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Jécsapretekkel	Rizstej, Baracklekváros(12), Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sült húskrémes, Gluténmentes pékáru, Kigyóuborkával	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sonkakrémes, Gluténmentes pékáru, Paprikával	Vaníliás rizstej, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Alma
		Energia: 369.78 Kcal / 1,545.68 Kj	Energia: 383.30 Kcal / 1,602.19 Kj	Energia: 287.49 Kcal / 1,201.71 Kj	Energia: 219.65 Kcal / 918.14 Kj	Energia: 465.38 Kcal / 1,945.29 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		6.64 g 21.18 g 6.30 g	3.80 g 16.92 g 4.23 g	5.28 g 12.73 g 3.69 g	5.59 g 4.84 g 1.24 g	4.35 g 17.52 g 4.24 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	Zellerkrémleves[9], Biosaurus , Pusztapörkölt burgonyával, GM pékáruval, ebédhez, Vegyes vágottal[15, (10,12)]	Tavaszi zöldségleves[9], Sertés aprósült, Sárgaborsófőzelékkel, GM pékáruval, ebédhez	Lebbencsleves, Csirkepaprikás, Galuskával	Bakonyi betyárgulyás, Piskóta kocka TTGM, Tejmentes csokoládé sodóval	Sajtgaluscaleves, Székelykáposzta(12), GM pékáruval, ebédhez
		Energia: 470.07 Kcal / 1,964.89 Kj	Energia: 439.29 Kcal / 1,836.23 Kj	Energia: 872.83 Kcal / 3,648.43 Kj	Energia: 823.92 Kcal / 3,443.99 Kj	Energia: 300.49 Kcal / 1,256.05 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		17.53 g 12.83 g 2.22 g	22.65 g 13.13 g 2.56 g	61.85 g 30.44 g 5.70 g	14.11 g 26.53 g 5.00 g	15.99 g 8.10 g 2.05 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	Violife növényi sajt szelettel, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Paprikás szalámis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával	Vaníliás szív-TündérManna	Zala felvágottas, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Jécsapretekkel
		Energia: 281.64 Kcal / 1,177.26 Kj	Energia: 326.43 Kcal / 1,364.48 Kj	Energia: 221.05 Kcal / 923.99 Kj	Energia: 313.85 Kcal / 1,311.89 Kj	Energia: 307.96 Kcal / 1,287.27 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		3.68 g 15.69 g 4.00 g	5.88 g 19.64 g 5.61 g	0.84 g 5.10 g 1.50 g	6.41 g 18.19 g 5.17 g	8.14 g 16.66 g 4.59 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Étel	(05802) GM,TM,OM,hal,citr ,ep,man 4-6	Violife növényi sajt szelettel, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Paprikás szalámis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával	Vaníliás szív-TündérManna	Zala felvágottas, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Jécsapretekkel
		Energia: 281.64 Kcal / 1,177.26 Kj	Energia: 326.43 Kcal / 1,364.48 Kj	Energia: 221.05 Kcal / 923.99 Kj	Energia: 313.85 Kcal / 1,311.89 Kj	Energia: 307.96 Kcal / 1,287.27 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		3.68 g 15.69 g 4.00 g	5.88 g 19.64 g 5.61 g	0.84 g 5.10 g 1.50 g	6.41 g 18.19 g 5.17 g	8.14 g 16.66 g 4.59 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 Albertfalva, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783408-5-13
 Adószám: 26215833-4-13

Élelmezésvezető

Tételes étlap 2026.03.16. - 2026.03.22.

Diéta		Ételtétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	I. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/16/2026	hétfő (05802)	GM, TM, OM, hal, citr. ep. man 4-6	R Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00	
			Padlizsánkrém	223.62	53.50	0.30	5.31	1.43	1.07	0.00	0.18	10,(12)
			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	
			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	
			E Zellerkrémleves	133.34	31.90	0.95	0.42	0.07	5.77	0.50	0.18	9
			Biosaurus	208.56	49.90	0.78	1.98	0.18	7.01	0.23	0.10	
			Pusztapörkölt burgonyával	1 157.41	276.89	14.76	10.20	1.95	30.87	0.00	0.97	
			GM pékáruval, ebédhez	432.30	103.42	0.60	0.15	0.02	24.51	1.50	0.02	
			Vegyes vágottal	33.26	7.96	0.44	0.08	0.00	1.36	0.00	0.36	15,(10),(12)
			U Violefe növényi sajt szelettel	35.74	8.55	0.00	0.69	0.00	0.60	0.00	0.00	
			Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20	
V Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00				
Hamburger	4 100.32	980.94	109.76	41.69	14.64	37.57	6.40	1.95				
P Mátrai diákcsemegés	121.30	29.02	1.52	2.52	0.91	0.03	0.00	0.32				
Növényi szendvicskrém	203.99	48.80	0.22	4.80	4.20	1.30	0.00	0.32				
Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35				
Paprikával	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00				
Összesen:	10 612.71	2 538.95	147.27	106.18	34.12	230.34	19.06	7.05				
3/17/2026	kedd (05802)	GM, TM, OM, hal, citr. ep. man 4-6	R Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
			Soproni felvágottas	279.89	66.96	2.74	6.16	2.29	0.06	0.00	0.84	
			Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20	
			T Rizstej	351.04	83.98	0.06	1.92	0.23	15.86	8.03	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	
			E Tavaszi zöldségleves	128.41	30.72	1.27	1.06	0.12	3.85	0.00	0.16	9
			Sertés aprósült	428.97	102.63	10.56	6.38	1.71	0.62	0.00	0.11	
			Sárgaborsófőzelékkel	846.53	202.52	10.22	5.54	0.71	27.69	0.00	0.01	
			GM pékáruval, ebédhez	432.30	103.42	0.60	0.15	0.02	24.51	1.50	0.02	
			U Paprikás szalámi	206.56	49.42	1.96	4.58	1.61	0.03	0.00	0.40	
			Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20	
			Paprikával	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00	
V Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00				
Rizstejbe kukoricadara	1 009.37	241.48	2.80	3.32	0.40	48.98	19.08	0.11				
Kakaó szórattal	595.52	142.47	0.93	0.11	0.07	35.03	34.97	0.01				
P 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				
Paprikával	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00				
Összesen:	9 159.67	2 191.35	50.74	91.08	23.76	276.84	73.49	4.52				
3/18/2026	szerda (05802)	GM, TM, OM, hal, citr. ep. man 4-6	R Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00	
			Zöldfűszeres növényi szendvicskrém	203.99	48.80	0.22	4.80	4.20	1.30	0.00	0.32	
			Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112.45	26.90	0.00	0.00	0.00	6.69	6.69	0.00	
			Sült húskrém	469.14	112.24	1.44	11.71	3.34	0.13	0.00	0.25	
			Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			Kigyóborkával	9.83	2.35	0.20	0.02	0.15	0.34	0.09	0.01	
			E Lebbencsleves	388.25	92.89	1.52	2.69	0.31	15.35	0.51	2.51	
			Csirkepaprikás	1 727.26	413.22	51.80	17.41	3.69	11.78	0.00	2.06	
			Galuskával	1 532.88	366.72	8.53	10.34	1.70	59.44	0.00	2.84	
			U Vanília sziv-TündérManna	923.99	221.05	0.84	5.10	1.50	41.10	2.10	0.58	
			V Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
			Toscan sertésragu	208.12	49.79	1.53	2.35	1.00	5.58	2.52	0.80	
			Főtt tésztával	989.64	236.76	2.30	5.16	0.55	44.35	2.88	0.14	
			P Sertés párizsis	178.25	42.65	2.38	3.64	1.38	0.04	0.00	0.46	
			Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20				
Jégcsapretekkel	11.80	2.83	0.22	0.02	0.01	0.53	0.13	0.01				
Összesen:	9 156.45	2 190.57	82.04	80.34	22.25	271.42	18.13	11.23				
3/19/2026	csütörtök (05802)	GM, TM, OM, hal, citr. ep. man 4-6	R Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
			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	
			T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112.45	26.90	0.00	0.00	0.00	6.69	6.69	0.00	
			Sonkakrém	179.01	42.83	1.71	3.78	1.04	0.44	0.00	0.27	
			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 Bakonyi betyárgulyás	581.21	139.05	5.73	10.01	2.79	6.31	0.01	1.15	
			Piskóta kocka TTGM	2 438.56	583.39	8.27	15.26	2.04	102.43	54.01	0.14	
			Tejmentes csokoládé sodóval	424.19	101.48	0.11	1.26	0.17	21.88	9.72	0.00	
			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	
			V Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00	
			Brassói aprópecsenye	1 384.62	331.25	17.14	10.32	2.30	41.29	0.00	1.54	
Uborkasalátával	60.20	14.40	0.41	0.04	0.30	3.09	2.57	0.41				
P Házi kolbászkrém	455.45	108.96	0.91	11.55	3.16	0.23	0.00	0.27				
Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35				
Paradicsommal	18.31	4.38	0.20	0.04	0.01	0.80	0.00	0.01				
Összesen:	9 663.01	2 311.74	54.93	93.77	23.69	296.42	76.61	6.83				
3/20/2026	péntek (05802)	GM, TM, OM, hal, citr. ep. man 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	
			Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35	
			T Vanília rizstej	585.65	140.11	0.07	1.92	0.24	29.82	21.42	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	
			Alma	218.12	52.18	0.60	0.60	0.00	10.50	0.00	0.02	
			E Sajtgaluskaleves	202.60	48.47	1.35	2.63	0.33	4.74	0.00	0.30	
			Székelkáposzta	621.14	148.60	14.04	5.32	1.70	10.94	0.00	1.13	(12)
			GM pékáruval, ebédhez	432.30	103.42	0.60	0.15	0.02	24.51	1.50	0.02	
			U 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	
			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	
			Sonkás kenyérlángos	1 304.47	312.08	10.04	7.79	1.49	50.20	0.50	1.47	
P Soproni felvágottas	279.89	66.96	2.74	6.16	2.29	0.06	0.00	0.84				
Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35				
Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20				
Összesen:	8 067.43	1 930.04	48.90	77.13	23.08	245.09	27.16	6.77				

Heti étlap 2026.03.16 - 2026.03.20.

 Tízórai	(05902) Gluténmentes4-6	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			
		Csipkebogyó tea citrom nélkül, Bécsi felvágottas , Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Jégcsapretekkel			Tehéntej 1,5%[7], Baracklekváros(12), Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sült húskrém, Gluténmentes pékáru, Kígyóborkával			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Tonhalkrém[4], Gluténmentes pékáru, Paprikával			Vaníliás tej[7], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Mandarin			
		Energia: 369.78 Kcal / 1,545.68 KJ			Energia: 396.87 Kcal / 1,658.92 KJ			Energia: 287.49 Kcal / 1,201.71 KJ			Energia: 296.30 Kcal / 1,238.53 KJ			Energia: 473.65 Kcal / 1,979.86 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		6.64 g	21.18 g	6.30 g	10.57 g	18.02 g	5.63 g	5.28 g	12.73 g	3.69 g	4.27 g	14.06 g	3.73 g	11.22 g	18.32 g	5.63 g	
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
34.86 g	7.22 g	1.40 g	44.67 g	6.70 g	0.82 g	34.66 g	7.18 g	0.61 g	34.87 g	7.09 g	0.55 g	61.98 g	13.79 g	0.82 g			
7			7			7			7								
Ebéd	(05902) Gluténmentes4-6	Zellerkrémleves[7,9], Kölesgolyóval, Pusztapörkölt burgonyával, GM pékáruval, ebédhez, Vegyes vágottal[15, (10,12)]			Tavaszi zöldségleves[9], Sertés aprósült, Sárgaborsófőzelékkel, GM pékáruval, ebédhez			Lebbencsleves, Csirkepaprikás[7], Galuskával			Bakonyi betyárgulyás, Vaníliás piskóta GM[3,7], Csokoládé öntettel[7,15]			Sajtgaluskaleves, Székelykáposzta(12), GM pékáruval, ebédhez			
		Energia: 478.90 Kcal / 2,001.80 KJ			Energia: 439.29 Kcal / 1,836.23 KJ			Energia: 898.43 Kcal / 3,755.44 KJ			Energia: 1,134.27 Kcal / 4,741.25 KJ			Energia: 300.49 Kcal / 1,256.05 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		17.94 g	15.25 g	3.53 g	22.65 g	13.13 g	2.56 g	62.41 g	32.64 g	6.94 g	22.31 g	44.69 g	9.01 g	15.99 g	8.10 g	2.05 g	
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
		66.81 g	1.63 g	1.54 g	56.67 g	1.50 g	0.30 g	87.43 g	0.51 g	7.44 g	160.64 g	77.45 g	1.62 g	40.19 g	1.50 g	1.45 g	
7			9			7			7			3,7,(1)					
Uzsonna	(05902) Gluténmentes4-6	Trapista sajt szelettel[7], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal			Paprikás szalámis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával			Vaníliás szív-TündérManna			Zala felvágottas, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal			Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Jégcsapretekkel			
		Energia: 421.84 Kcal / 1,763.29 KJ			Energia: 326.43 Kcal / 1,364.48 KJ			Energia: 221.05 Kcal / 923.99 KJ			Energia: 313.85 Kcal / 1,311.89 KJ			Energia: 307.96 Kcal / 1,287.27 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		14.76 g	26.24 g	11.14 g	5.88 g	19.64 g	5.61 g	0.84 g	5.10 g	1.50 g	6.41 g	18.19 g	5.17 g	8.14 g	16.66 g	4.59 g	
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
		28.22 g	0.40 g	1.52 g	28.21 g	0.40 g	0.95 g	41.10 g	2.10 g	0.58 g	27.81 g	0.40 g	0.95 g	28.15 g	0.53 g	1.22 g	
7			7			7			7			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,1a10-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 Albertirsa, Pesti út 65.
Telefonos adózás: 47783403-5-13
Adószám: 26215833-4-13
Élelmiszevezető

Tételes étlap 2026.03.16. - 2026.03.22.														
	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	I. Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár		
3/16/2026	hétfő (05902)	Gluténmentes4-6	R Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00			
			Padlizsánkremés	223.62	53.50	0.30	5.31	1.43	1.07	0.00	0.18	10,(12)		
			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			
			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			
			E Zellerkrémleves	289.94	69.37	1.36	4.62	1.52	5.27	0.00	0.19	7,9		
			Kölesgolyóval	88.86	21.26	0.78	0.20	0.04	4.80	0.13	0.00			
			Pusztapörkölt burgonyával	1 157.41	276.89	14.76	10.20	1.95	30.87	0.00	0.97			
			GM pékáruval, ebédhez	432.30	103.42	0.60	0.15	0.02	24.51	1.50	0.02			
			Vegyes vágottal	33.26	7.96	0.44	0.08	0.00	1.36	0.00	0.36	15,(10),(12)		
			U Trapišta sajt szelettel	621.77	148.75	11.08	11.24	7.14	0.64	0.00	0.97	7		
			Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35			
			Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20			
			V Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
			Hamburger	4 100.32	980.94	109.76	41.69	14.64	37.57	6.40	1.95			
			P Mátrai diákcsemegés	121.30	29.02	1.52	2.52	0.91	0.03	0.00	0.32			
			Natur sajtkrémés	316.26	75.66	1.10	7.70	4.58	0.40	0.00	0.24	7		
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						
		Összesen:	11 347.91	2 714.84	159.64	122.05	42.95	226.77	18.46	7.85				
3/17/2026	kedd (05902)	Gluténmentes4-6	R Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
			Soproni felvágottas	279.89	66.96	2.74	6.16	2.29	0.06	0.00	0.84			
			Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35			
			Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20			
			T Tehéntej 1,5%	407.75	97.55	6.83	3.02	1.63	10.65	0.00	0.27	7		
			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			
			E Tavaszi zöldségleves	128.41	30.72	1.27	1.06	0.12	3.85	0.00	0.16	9		
			Sertés aprósült	428.97	102.63	10.56	6.38	1.71	0.62	0.00	0.11			
			Sárgaborsófőzelékkel	846.53	202.52	10.22	5.54	0.71	27.69	0.00	0.01			
			GM pékáruval, ebédhez	432.30	103.42	0.60	0.15	0.02	24.51	1.50	0.02			
			U Paprikás szalámis	206.56	49.42	1.96	4.58	1.61	0.03	0.00	0.40			
			Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35			
			Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20			
			Paprikával	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00			
			V Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00			
			Tejbe kukoricadara	1 081.48	258.73	11.42	4.71	2.18	42.35	8.87	0.45	7		
			Kakao szóráttal	595.52	142.47	0.93	0.11	0.07	35.03	34.97	0.01			
			P 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						
Paprikával	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00						
		Összesen:	9 288.49	2 222.17	66.13	93.57	26.94	265.00	55.25	5.13				
3/18/2026	szerda (05902)	Gluténmentes4-6	R Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00			
			Zöldfűszeres 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 Csipkebogyó tea citrom nélkül	112.45	26.90	0.00	0.00	0.00	6.69	6.69	0.00			
			Sült húskrémés	469.14	112.24	1.44	11.71	3.34	0.13	0.00	0.25			
			Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35			
			Kígyóborkával	9.83	2.35	0.20	0.02	0.15	0.34	0.09	0.01			
			E Lebbencsleves	388.25	92.89	1.52	2.69	0.31	15.35	0.51	2.51			
			Csirkepaprikás	1 834.28	438.82	52.36	19.61	4.93	12.64	0.00	2.09	7		
			Galuskával	1 532.88	366.72	8.53	10.34	1.70	59.44	0.00	2.84			
			U Vaniliás sziv-TündérManna	923.99	221.05	0.84	5.10	1.50	41.10	2.10	0.58			
			V Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
			Toscan csirkeragu	208.12	49.79	1.53	2.35	1.00	5.58	2.52	0.80			
			Főtt tésztával	989.64	236.76	2.30	5.16	0.55	44.35	2.88	0.14			
			P Sertés párizsis	178.25	42.65	2.38	3.64	1.38	0.04	0.00	0.46			
			Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35			
			Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20			
			Jégcsapretekkel	11.80	2.83	0.22	0.02	0.01	0.53	0.13	0.01			
					Összesen:	9 377.00	2 243.33	82.88	85.74	23.16	271.38	18.13	10.95	
			3/19/2026	csütörtök (05902)	Gluténmentes4-6	R Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
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			
T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112.45	26.90				0.00	0.00	0.00	6.69	6.69	0.00			
Tonhalkrémés	499.42	119.48				0.39	13.00	3.53	0.08	0.00	0.20	4		
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 Bakonyi betyárgulyás	581.21	139.05				5.73	10.01	2.79	6.31	0.01	1.15			
Vaniliás piskóta GM	3 110.19	744.07				9.88	23.01	2.98	123.32	62.45	0.18	3,7		
Csokoládé öntettel	1 049.79	251.15				6.70	11.67	3.24	31.01	14.99	0.29	7,15		
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			
V Almalé 100%	38.79	9.28				0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00			
Brassói aprópecsenye	1 384.62	331.25				17.14	10.32	2.30	41.29	0.00	1.54			
Uborkasalátával	60.20	14.40				0.41	0.04	0.30	3.09	2.57	0.41			
P Házi kolbászkrémés	455.45	108.96				0.91	11.55	3.16	0.23	0.00	0.27			
Gluténmentes pékáru	610.28	146.00				3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35			
Paradicsommal	18.31	4.38				0.20	0.04	0.01	0.80	0.00	0.01			
		Összesen:	11 280.65	2 698.74	61.81	121.15	30.19	326.08	90.32	7.09				
3/20/2026	péntek (05902)	Gluténmentes4-6	R Almalé 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00			
			Natur sajtkrémés	316.26	75.66	1.10	7.70	4.58	0.40	0.00	0.24	7		
			Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35			
			T Vaniliás tej	642.36	153.67	6.84	3.02	1.63	24.60	13.39	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			
			Mandarin	195.98	46.89	0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00			
			E Sajtgaluskaleves	202.60	48.47	1.35	2.63	0.33	4.74	0.00	0.30			
			Székelypákoszta	621.14	148.60	14.04	5.32	1.70	10.94	0.00	1.13	(12)		
			GM pékáruval, ebédhez	432.30	103.42	0.60	0.15	0.02	24.51	1.50	0.02			
			U 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			
			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			
			Sonkás kenyérlángos	1 304.47	312.08	10.04	7.79	1.49	50.20	0.50	1.47			
			P Soproni felvágottas	279.89	66.96	2.74	6.16	2.29	0.06	0.00	0.84			
Gluténmentes pékáru	610.28	146.00	3.64	1.00	0.20	27.50	0.40	0.35						
Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20						
		Összesen:	8 214.27	1 965.17	56.65	80.83	24.85	238.27	19.13	6.94				

Heti étlap 2026.03.16. - 2026.03.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Bécsi felvágottas , Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Sült húskrémes[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB [1], Kigyóuborkával, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Tonhalkrémes[3,4,7,10,(1)], Diétás pékáru BL DIAB [1], Paprikával, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Pulykamell sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma
		Energia: 361.02 Kcal / 1,509.06 KJ	Energia: 265.66 Kcal / 1,110.46 KJ	Energia: 252.63 Kcal / 1,055.99 KJ	Energia: 270.59 Kcal / 1,131.07 KJ	Energia: 265.66 Kcal / 1,110.46 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		8.19 g 27.18 g 8.41 g	9.07 g 15.94 g 4.19 g	6.18 g 15.91 g 7.10 g	4.18 g 18.47 g 6.83 g	9.07 g 15.94 g 4.19 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	Zellerkrémleves[9], Kölesgolyóval, Pusztafőzött burgonyával, Vegyes vágottal[15,(12)]	Tavaszi zöldségleves[9], Sertés aprósült, Sárgaborsófőzelékkel, Diétás pékáruval BL, ebédhez	Lebbencsleves[1,3], Csirkepaprikás[1,7], Zöldséges bulgur[1]	Hortobágyi becsinált leves[1,7], Túrógombóc[3,7], Vanília sodóval[1,7,15]	Sajtgaluskaleves[3,7,9], Székelykáposzta[1,7,(12)], Diétás pékáruval BL, ebédhez
		Energia: 334.44 Kcal / 1,397.96 KJ	Energia: 350.57 Kcal / 1,465.38 KJ	Energia: 338.98 Kcal / 1,416.94 KJ	Energia: 365.08 Kcal / 1,526.03 KJ	Energia: 394.93 Kcal / 1,650.81 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		13.37 g 15.25 g 2.66 g	20.78 g 13.63 g 2.62 g	21.46 g 13.04 g 2.68 g	20.51 g 15.33 g 5.02 g	15.82 g 21.34 g 7.02 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	Trapista sajt szelettel[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Paprikás szalámis, Diétás pékáru BL DIAB[1], Liga margarinnal, Paprikával	Soproni felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Zala felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel
		Energia: 301.88 Kcal / 1,261.86 KJ	Energia: 256.48 Kcal / 1,072.09 KJ	Energia: 287.05 Kcal / 1,199.87 KJ	Energia: 234.65 Kcal / 980.84 KJ	Energia: 220.24 Kcal / 920.60 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		12.14 g 25.38 g 10.95 g	5.33 g 23.40 g 7.03 g	6.54 g 26.46 g 8.39 g	6.52 g 20.52 g 6.14 g	9.88 g 17.44 g 4.97 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-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

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

Tételes étlap 2026.03.16. - 2026.03.22.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/16/2026	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
				Bécsi felvágottas	559.78	133.92	5.48	12.32	4.58	0.12	0.00	1.68
				Diétás pékáru BL DIAB	174.13	41.66	1.63	0.22	0.02	8.26	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
				Alma	218.12	52.18	0.60	0.60	0.00	10.50	0.00	0.02
			E	Zellerkrémleves	400.25	95.75	1.32	6.89	0.80	6.67	0.00	0.18 9
				Kölesgolyóval	103.67	24.80	0.91	0.24	0.05	5.60	0.15	0.00
				Pusztapörkölt burgonyával	781.71	187.01	10.05	7.98	1.79	18.20	0.00	1.22
				Vegyes vágottal	112.36	26.88	1.09	0.14	0.02	5.13	0.00	1.05 15,(12)
			U	Trapista sajt szelettel	621.77	148.75	11.08	11.24	7.14	0.64	0.00	0.97 7
				Diétás pékáru BL DIAB	108.83	26.04	1.02	0.14	0.01	5.16	0.00	0.02 1
				Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20
				Összesen:	4 168.83	997.34	33.70	67.81	22.02	61.51	0.42	5.58
3/17/2026	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
				Álom sonkás	184.80	44.21	6.80	1.12	0.37	1.68	0.00	0.85
				Diétás pékáru BL DIAB	174.13	41.66	1.63	0.22	0.02	8.26	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	Tavaszi zöldségleves	187.36	44.82	1.30	2.54	0.19	4.07	0.00	0.19 9
				Sertés aprósült	518.17	123.97	12.71	7.66	2.09	0.89	0.00	0.71
				Sárgaborsófőzelékkel	526.40	125.93	6.45	3.35	0.33	17.47	0.00	0.09
				Diétás pékáruval BL, ebédhez	233.44	55.85	0.32	0.08	0.01	13.24	0.81	0.01
			U	Paprikás szalámis	413.11	98.83	3.92	9.16	3.22	0.06	0.00	0.80
				Diétás pékáru BL DIAB	94.98	22.72	0.89	0.12	0.01	4.50	0.00	0.01 1
				Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20
				Paprikával	32.76	7.84	0.48	0.12	0.00	1.20	0.00	0.00
				Összesen:	3 647.88	872.71	35.18	52.97	13.84	62.05	0.82	3.10
3/18/2026	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
				Sült húskrémes	641.93	153.57	3.55	15.05	6.78	0.80	0.00	0.53 7,10,(12)
				Diétás pékáru BL DIAB	174.13	41.66	1.63	0.22	0.02	8.26	0.00	0.02 1
				Kígyóborkával	19.66	4.70	0.40	0.04	0.30	0.68	0.17	0.01
				Alma	218.12	52.18	0.60	0.60	0.00	10.50	0.00	0.02
			E	Lebbencsleves	348.46	83.37	1.89	4.54	1.02	8.62	0.01	2.62 1,3
				Csirkepaprikás	576.16	137.84	16.27	4.91	1.23	6.94	0.00	0.43 1,7
				Zöldséges bulgur	492.28	117.77	3.30	3.59	0.43	19.36	0.00	0.71 1
			U	Soproni felvágottas	559.78	133.92	5.48	12.32	4.58	0.12	0.00	1.68
				Diétás pékáru BL DIAB	108.83	26.04	1.02	0.14	0.01	5.16	0.00	0.02 1
				Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20
				Összesen:	3 672.74	878.66	34.18	55.41	18.17	60.54	0.19	6.24
3/19/2026	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
				Tonhalkrémes	714.77	171.00	1.57	17.55	6.81	1.44	0.80	0.04 3,4,7,10,(1)
				Diétás pékáru BL DIAB	163.25	39.05	1.53	0.20	0.02	7.74	0.00	0.02 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	Hortobágyi becsinált leves	353.20	84.50	5.97	4.21	0.97	5.55	0.00	0.34 1,7
				Túrógombóc	981.75	234.87	12.43	10.36	3.65	22.71	2.82	0.48 3,7
				Vanília sodóval	191.08	45.71	2.11	0.76	0.40	7.55	0.00	0.06 1,7,15
			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:	3 637.92	870.32	31.21	54.32	17.99	62.41	3.63	1.98
3/20/2026	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
				Pulykamell sonkás	184.80	44.21	6.80	1.12	0.37	1.68	0.00	0.85
				Diétás pékáru BL DIAB	174.13	41.66	1.63	0.22	0.02	8.26	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	Sajtgaluska leves	287.59	62.45	2.42	3.77	0.73	6.05	0.03	0.23 3,7,9
				Székelykáposzta	1 043.89	249.74	12.92	17.45	6.28	9.99	0.02	1.26 1,7,(12)
				Diétás pékáruval BL, ebédhez	345.84	82.74	0.48	0.12	0.01	19.61	1.20	0.02
			U	Szendvics sonkás	267.79	64.07	8.48	3.28	1.15	0.08	0.00	1.31
				Diétás pékáru BL DIAB	97.95	23.43	0.92	0.12	0.01	4.64	0.00	0.01 1
				Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20
				Jégcsapretekkel	23.60	5.65	0.44	0.04	0.01	1.05	0.26	0.02
				Összesen:	3 708.32	880.83	34.77	54.72	16.18	62.04	1.52	4.14

Heti étlap 2026.03.16. - 2026.03.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(06362) Diab. 20-20-15 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Bécsi felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Sült húskrém[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB [1], Kígyóborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Tonhalkrém[3,4,7,10,(1)], Diétás pékáru BL DIAB [1], Paprikával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Pulykamell sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal
		Energia: 388.96 Kcal / 1,625.85 KJ	Energia: 292.44 Kcal / 1,222.40 KJ	Energia: 279.41 Kcal / 1,167.93 KJ	Energia: 295.34 Kcal / 1,234.52 KJ	Energia: 291.28 Kcal / 1,217.55 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		10.73 g 26.99 g 8.43 g	11.56 g 15.74 g 4.21 g	8.67 g 15.71 g 7.12 g	6.59 g 18.27 g 6.85 g	11.52 g 15.74 g 4.21 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		25.39 g 0.27 g 1.97 g	25.67 g 0.01 g 1.12 g	25.39 g 0.18 g 0.61 g	25.63 g 0.81 g 0.11 g	25.44 g 0.01 g 1.12 g
Ebéd	(06362) Diab. 20-20-15 g CH	Zellerkrémleves[9], Kölesgolyóval, Pusztapörkölt burgonyával, Vegyes vágottal[15,(12)]	Tavaszi zöldségleves[9], Sertés aprósült, Sárgaborsófőzelékkel, Diétás pékáruval BL, ebédhez	Lebbencsleves[1,3], Csirkepaprikás[1,7], Zöldséges bulgur[1]	Hortobágyi becsinált leves[1,7], Túrógombóc[3,7], Vanília sodóval[1,7,15]	Sajtgaluska[3,7,9], Székelykáposzta[1,7,(12)], Diétás pékáruval BL, ebédhez
		Energia: 272.36 Kcal / 1,138.46 KJ	Energia: 314.95 Kcal / 1,316.49 KJ	Energia: 312.06 Kcal / 1,304.41 KJ	Energia: 318.17 Kcal / 1,329.95 KJ	Energia: 290.87 Kcal / 1,215.84 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		10.85 g 12.00 g 2.09 g	19.15 g 12.79 g 2.54 g	20.70 g 12.22 g 2.58 g	18.01 g 13.49 g 4.37 g	10.71 g 14.28 g 4.69 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		30.12 g 0.15 g 2.14 g	30.32 g 0.75 g 0.98 g	30.50 g 0.01 g 3.60 g	30.78 g 2.42 g 0.78 g	30.30 g 1.24 g 1.01 g
Uzsonna	(06362) Diab. 20-20-15 g CH	Trapista sajt szelettel[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Paprikás szalámis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával	Zala felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Zala felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel
		Energia: 403.42 Kcal / 1,686.30 KJ	Energia: 353.22 Kcal / 1,476.46 KJ	Energia: 332.71 Kcal / 1,390.73 KJ	Energia: 336.19 Kcal / 1,405.27 KJ	Energia: 320.91 Kcal / 1,341.40 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		16.11 g 25.90 g 10.98 g	9.12 g 23.90 g 7.06 g	10.36 g 21.02 g 6.17 g	10.49 g 21.04 g 6.17 g	13.82 g 17.96 g 5.00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		25.99 g 0.00 g 1.25 g	25.00 g 0.00 g 1.07 g	25.12 g 0.00 g 1.07 g	25.81 g 0.00 g 1.08 g	25.79 g 0.26 g 1.60 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 Albertirsa, Pesti út 65.
Céginformációk: 17783403-5-11
Adószám: 26215833-4-13
Élelmiszevezető

Tételes étlap 2026.03.16. - 2026.03.22.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/16/2026	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
				Bécsi felvágottas	559.78	133.92	5.48	12.32	4.58	0.12	0.00	1.68
				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
				Jégcsapretekkel	23.60	5.65	0.44	0.04	0.01	1.05	0.26	0.02
			E	Zellerkrémleves	314.48	75.23	1.03	5.41	0.63	5.24	0.00	0.14 9
				Kölesgolyóval	103.67	24.80	0.91	0.24	0.05	5.60	0.15	0.00
				Pusztapörkölt burgonyával	608.00	145.45	7.82	6.21	1.39	14.15	0.00	0.95
				Vegyes vágottal	112.36	26.88	1.09	0.14	0.02	5.13	0.00	1.05 15,(12)
			U	Trapista sajt szelettel	621.77	148.75	11.08	11.24	7.14	0.64	0.00	0.97 7
				Diétás pékáru BL DIAB	533.26	127.58	4.99	0.66	0.04	25.27	0.00	0.08 1
				Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20
				Összesen:	4 450.55	1 064.74	37.69	64.89	21.50	81.50	0.42	5.36
3/17/2026	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
				Álom sonkás	184.80	44.21	6.80	1.12	0.37	1.68	0.00	0.85
				Diétás pékáru BL DIAB	504.17	120.62	4.72	0.62	0.04	23.89	0.00	0.07 1
				Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20
			E	Tavaszi zöldségleves	187.36	44.82	1.30	2.54	0.19	4.07	0.00	0.19 9
				Sertés aprósült	518.17	123.97	12.71	7.66	2.09	0.89	0.00	0.71
				Sárgaborsófőzelékkel	394.80	94.45	4.84	2.51	0.25	13.10	0.00	0.07
				Diétás pékáruval BL, ebédhez	216.15	51.71	0.30	0.08	0.01	12.26	0.75	0.01
			U	Paprikás szalámis	413.11	98.83	3.92	9.16	3.22	0.06	0.00	0.80
				Diétás pékáru BL DIAB	499.32	119.46	4.68	0.62	0.04	23.66	0.00	0.07 1
				Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20
				Paprikával	32.76	7.84	0.48	0.12	0.00	1.20	0.00	0.00
				Összesen:	4 015.25	960.61	39.83	52.43	13.81	80.99	0.76	3.17
3/18/2026	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
				Sült húskrém	641.93	153.57	3.55	15.05	6.78	0.80	0.00	0.53 7,10,(12)
				Diétás pékáru BL DIAB	504.17	120.62	4.72	0.62	0.04	23.89	0.00	0.07 1
				Kígyóborkával	19.66	4.70	0.40	0.04	0.30	0.68	0.17	0.01
			E	Lebbencsleves	348.46	83.37	1.89	4.54	1.02	8.62	0.01	2.62 1,3
				Csirkepaprikás	576.16	137.84	16.27	4.91	1.23	6.94	0.00	0.43 1,7
				Zöldséges bulgur	379.76	90.85	2.54	2.77	0.33	14.94	0.00	0.55 1
			U	Zala felvágottas	340.77	81.52	5.46	6.38	2.33	0.46	0.00	0.80
				Diétás pékáru BL DIAB	518.71	124.10	4.86	0.64	0.04	24.58	0.00	0.07 1
				Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20
				Összesen:	3 863.01	924.18	39.73	48.95	15.87	81.01	0.19	5.28
3/19/2026	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
				Tonhalkrém	714.77	171.00	1.57	17.55	6.81	1.44	0.80	0.04 3,4,7,10,(1)
				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	Hortobágyi becsinált leves	335.54	80.28	5.67	4.00	0.92	5.27	0.00	0.32 1,7
				Túrógombóc	841.50	201.32	10.65	8.88	3.13	19.47	2.42	0.41 3,7
				Vanília sodóval	152.86	36.57	1.69	0.61	0.32	6.04	0.00	0.05 1,7,15
			U	Zala felvágottas	340.77	81.52	5.46	6.38	2.33	0.46	0.00	0.80
				Diétás pékáru BL DIAB	533.26	127.58	4.99	0.66	0.04	25.27	0.00	0.08 1
				Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20
				Összesen:	3 969.63	949.70	35.09	52.80	17.39	82.22	3.23	1.97
3/20/2026	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
				Pulykamell sonkás	184.80	44.21	6.80	1.12	0.37	1.68	0.00	0.85
				Diétás pékáru BL DIAB	499.32	119.46	4.68	0.62	0.04	23.66	0.00	0.07 1
				Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20
			E	Sajtgaluskaleves	191.72	41.64	1.61	2.52	0.49	4.03	0.02	0.15 3,7,9
				Székelykáposzta	695.93	166.49	8.62	11.64	4.19	6.66	0.02	0.84 1,7,(12)
				Diétás pékáruval BL, ebédhez	345.84	82.74	0.48	0.12	0.01	19.61	1.20	0.02
			U	Szendvics sonkás	267.79	64.07	8.48	3.28	1.15	0.08	0.00	1.31
				Diétás pékáru BL DIAB	518.71	124.10	4.86	0.64	0.04	24.58	0.00	0.07 1
				Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20
				Jégcsapretekkel	23.60	5.65	0.44	0.04	0.01	1.05	0.26	0.02
				Összesen:	3 792.32	903.06	36.05	47.98	13.90	81.53	1.51	3.73

Heti étlap 2026.03.16 - 2026.03.20.

 Tízórai	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Bécsi felvágottas , Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel, Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Sült húskrémés[7,10,(12)], Diétás pékáru BL DIAB [1], Kígyóborkával, Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Tonhalkrémés[3,4,7,10,(1)], Diétás pékáru BL DIAB [1], Paprikával, Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Pulykamell sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma		
		Energia: 368.83 Kcal / 1,541.71 KJ			Energia: 273.47 Kcal / 1,143.10 KJ			Energia: 260.44 Kcal / 1,088.64 KJ			Energia: 278.40 Kcal / 1,163.71 KJ			Energia: 273.47 Kcal / 1,143.10 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		8.50 g	27.22 g	8.41 g	9.38 g	15.98 g	4.19 g	6.49 g	15.95 g	7.10 g	4.49 g	18.51 g	6.83 g	9.38 g	15.98 g	4.19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		21.57 g	0.27 g	1.95 g	22.08 g	0.01 g	1.10 g	21.80 g	0.18 g	0.59 g	22.45 g	0.81 g	0.09 g	22.08 g	0.01 g	1.10 g
1,15			1,7,15			1,7,15			1,15			1,15				
Ebéd	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	Zellerkrémleves[9], Kölesgolyóval, Pusztapörkölt burgonyával, Vegyes vágottal[15,(12)]			Tavaszi zöldségleves[9], Sertés aprósült, Sárgaborsófőzelékkel, Diétás pékáruval BL, ebédhez			Lebbencsleves[1,3], Csirkepaprikás[1,7], Zöldséges bulgur[1]			Hortobágyi becsinált leves[1,7], Túrógombóc[3,7], Vanília sodóval[1,7,15]			Sajtgaluskaleves[3,7,9], Székelykáposzta[1,7,(12)], Diétás pékáruval BL, ebédhez		
		Energia: 438.93 Kcal / 1,834.73 KJ			Energia: 310.41 Kcal / 1,297.51 KJ			Energia: 354.48 Kcal / 1,481.73 KJ			Energia: 485.58 Kcal / 2,029.72 KJ			Energia: 352.91 Kcal / 1,475.16 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		20.94 g	19.25 g	3.87 g	12.79 g	8.21 g	1.44 g	15.86 g	12.36 g	2.08 g	26.98 g	21.03 g	6.98 g	11.07 g	14.37 g	4.70 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		44.59 g	0.08 g	3.07 g	45.67 g	1.80 g	0.57 g	47.36 g	0.01 g	3.21 g	46.52 g	4.43 g	1.13 g	45.00 g	2.14 g	1.01 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	Trapista sajt szelettel[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Körte			Paprikás szalámis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával, Körte			Zala felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Körte			Zala felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Körte			Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel, Körte		
		Energia: 341.63 Kcal / 1,428.01 KJ			Energia: 301.73 Kcal / 1,261.23 KJ			Energia: 274.40 Kcal / 1,146.99 KJ			Energia: 279.60 Kcal / 1,168.73 KJ			Energia: 262.60 Kcal / 1,097.67 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		12.44 g	25.61 g	10.95 g	6.60 g	23.64 g	7.04 g	6.82 g	20.75 g	6.14 g	7.02 g	20.77 g	6.14 g	10.28 g	17.69 g	4.97 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		14.88 g	0.00 g	1.20 g	15.26 g	0.00 g	1.03 g	14.70 g	0.00 g	1.03 g	15.73 g	0.00 g	1.03 g	15.37 g	0.26 g	1.56 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

2-rák

3-tojás
- 4-hal

5-földimogyoró

6-szója
- 7-tejtermék,laktó

8-diófélék

9-zeller
- 10-mustár

11-szezám

12-kéndioxid-szulf
- 13-csillagfűrt

14-puhatestűek

15-mesterséges édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Danubia Kft.
2730 Albertirózsa, Pesti út 65.
Cégjegyzékszám: 17783409-5-11
Adószám: 26215833-4-13

Élelmezésvezető

.....
Élelmezésvezető

Tételes étlap 2026.03.16. - 2026.03.22.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/16/2026	hétfő (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
				Bécsi felvágottas	559.78	133.92	5.48	12.32	4.58	0.12	0.00	1.68
				Diétás pékáru BL DIAB	206.78	49.47	1.94	0.26	0.02	9.80	0.00	0.03 1
				Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20
				Jégcsapretekkel	23.60	5.65	0.44	0.04	0.01	1.05	0.26	0.02
				Alma	218.12	52.18	0.60	0.60	0.00	10.50	0.00	0.02
			E	Zellerkrémleves	228.72	54.72	0.75	3.94	0.46	3.81	0.00	0.10 9
				Kölesgolyóval	59.24	14.17	0.52	0.14	0.03	3.20	0.08	0.00
				Pusztapörkölt burgonyával	1 476.57	353.24	18.99	15.08	3.37	34.37	0.00	2.31
				Vegyes vágottal	70.23	16.80	0.68	0.09	0.01	3.21	0.00	0.66 15,(12)
			U	Trapista sajt szelettel	621.77	148.75	11.08	11.24	7.14	0.64	0.00	0.97 7
				Diétás pékáru BL DIAB	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
				Körte	166.14	39.75	0.30	0.23	0.00	9.00	0.00	0.01
				Összesen:	4 804.39	1 149.39	41.88	72.08	23.23	81.04	0.35	6.22
3/17/2026	kedd (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	206.78	49.47	1.94	0.26	0.02	9.80	0.00	0.03 1
				Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20
				Alma	218.12	52.18	0.60	0.60	0.00	10.50	0.00	0.02
			E	Tavaszi zöldségleves	124.90	29.88	0.87	1.69	0.13	2.71	0.00	0.12 9
				Sertés aprósült	259.08	61.98	6.36	3.83	1.05	0.45	0.00	0.36
				Sárgaborsófőzelékkel	394.80	94.45	4.84	2.51	0.25	13.10	0.00	0.07
				Diétás pékáruval BL, ebédhez	518.76	124.10	0.72	0.18	0.01	29.41	1.80	0.02
			U	Paprikás szalámis	413.11	98.83	3.92	9.16	3.22	0.06	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
				Paprikával	32.76	7.84	0.48	0.12	0.00	1.20	0.00	0.00
				Körte	66.45	15.90	0.12	0.09	0.00	3.60	0.00	0.00
				Összesen:	3 701.83	885.61	28.77	47.83	12.67	83.01	1.81	2.70
3/18/2026	szerda (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 húskrémes	641.93	153.57	3.55	15.05	6.78	0.80	0.00	0.53 7,10,(12)
				Diétás pékáru BL DIAB	206.78	49.47	1.94	0.26	0.02	9.80	0.00	0.03 1
				Kígyóborkával	19.66	4.70	0.40	0.04	0.30	0.68	0.17	0.01
				Alma	218.12	52.18	0.60	0.60	0.00	10.50	0.00	0.02
				Lebbencsleves	209.07	50.02	1.13	2.72	0.61	5.17	0.01	1.57 1,3
				Csirkepaprikás	288.08	68.92	8.14	2.45	0.62	3.47	0.00	0.22 1,7
				Zöldséges bulgur	984.55	235.54	6.59	7.19	0.85	38.72	0.00	1.42 1
			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
				Körte	166.14	39.75	0.30	0.23	0.00	9.00	0.00	0.01
				Összesen:	3 717.32	889.32	29.17	49.06	15.32	83.86	0.19	4.83
3/19/2026	csütörtök (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
				Tonhalkrémes	714.77	171.00	1.57	17.55	6.81	1.44	0.80	0.04 3,4,7,10,(1)
				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
				Hortobágyi becsinált leves	353.20	84.50	5.97	4.21	0.97	5.55	0.00	0.34 1,7
				Túrógombóc	1 542.76	369.08	19.53	16.29	5.73	35.69	4.43	0.75 3,7
				Vanília sodóval	133.75	32.00	1.48	0.53	0.28	5.28	0.00	0.04 1,7,15
			U	Zala felvágottas	340.77	81.52	5.46	6.38	2.33	0.46	0.00	0.80
				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
				Körte	166.14	39.75	0.30	0.23	0.00	9.00	0.00	0.01
				Összesen:	4 362.15	1 043.58	38.49	60.31	19.95	84.70	5.24	2.25
3/20/2026	péntek (06381)	Diab. (25-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU										
			T	Csipkebogyó tea édesítőszerrel	2.17	0.52	0.00	0.00	0.00	0.02	0.01	0.00 15
				Pulykamell sonkás	184.80	44.21	6.80	1.12	0.37	1.68	0.00	0.85
				Diétás pékáru BL DIAB	206.78	49.47	1.94	0.26	0.02	9.80	0.00	0.03 1
				Liga margarinnal	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20
				Alma	218.12	52.18	0.60	0.60	0.00	10.50	0.00	0.02
				Sajtgaluskafeles	191.72	41.64	1.61	2.52	0.49	4.03	0.02	0.15 3,7,9
				Székelykáposzta	695.93	166.49	8.62	11.64	4.19	6.66	0.02	0.84 1,7,(12)
				Diétás pékáruval BL, ebédhez	605.22	144.78	0.84	0.21	0.02	34.31	2.10	0.02
			U	Szendvics sonkás	267.79	64.07	8.48	3.28	1.15	0.08	0.00	1.31
				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
				Körte	166.14	39.75	0.30	0.23	0.00	9.00	0.00	0.01
				Összesen:	3 733.54	888.98	30.73	48.04	13.86	82.45	2.41	3.67