

Heti étlap 2026.01.19 - 2026.01.23.

 Tízórai	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Csicseriborsókrémes[10,(1 2)], Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Tejeskávé rizstejből, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Tonhalkrémes[4], Diétás pékáru BL[1], Kígyóuborkával			Rizstej, Szilvalekváros(12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
		Energia: 200.16 Kcal / 836.67 KJ			Energia: 121.09 Kcal / 506.16 KJ			Energia: 265.79 Kcal / 1,111.00 KJ			Energia: 149.42 Kcal / 624.58 KJ			Energia: 232.45 Kcal / 971.64 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		2.67 g	17.66 g	5.19 g	1.07 g	8.59 g	2.29 g	0.14 g	15.92 g	4.03 g	0.62 g	13.02 g	3.68 g	0.26 g	15.92 g	4.03 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		7.49 g	6.82 g	0.67 g	9.74 g	6.69 g	0.24 g	29.53 g	21.42 g	0.20 g	7.26 g	6.78 g	0.21 g	21.00 g	12.80 g	0.21 g
		1	1			1			1			1			1	
Ebéd	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Csontleves [9,(1)], Cérnametéllel[1,3], Sertéspörkölt , Lencsefőzelékkel[1,10,(12)], Diétás pékáruval BL, ebédhez			Bakonyi betyárgulyás, Baracklekváros(12), Gríz tészta[1,3], Porcukorral, Diétás pékáruval BL, ebédhez			Pórégagyma- krémleves[1], Pirított kenyérkockával[1], Rakott burgonya[3]			Szilvaleves[1,(12)], Rántott sertésszelet[1,3], Tört burgonyával, Csemege uborkával[15,(12)]			Zöldborsóleves, Bolognai , spagetti [1,3], Növényi sajt szórattal, Alma		
		Energia: 464.50 Kcal / 1,941.61 KJ			Energia: 687.61 Kcal / 2,874.21 KJ			Energia: 347.40 Kcal / 1,452.13 KJ			Energia: 710.62 Kcal / 2,970.39 KJ			Energia: 507.97 Kcal / 2,123.31 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		25.97 g	11.10 g	2.15 g	17.74 g	15.75 g	3.54 g	22.60 g	20.59 g	7.25 g	29.97 g	31.20 g	6.59 g	19.74 g	18.11 g	3.83 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		64.40 g	1.52 g	0.87 g	117.57 g	24.99 g	1.53 g	62.68 g	0.00 g	2.02 g	75.50 g	11.79 g	2.34 g	65.21 g	2.50 g	0.91 g
		1,9	9			1			1			1,3				
Uzsonna	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Violife növényi sajt szelettel, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Cheddar sajtos növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]			Mátrai diákcsemegés, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			fahéjas csiga- TündérManna			Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kápia paprikával		
		Energia: 136.33 Kcal / 569.86 KJ			Energia: 49.49 Kcal / 206.87 KJ			Energia: 175.23 Kcal / 732.46 KJ			Energia: 301.44 Kcal / 1,260.02 KJ			Energia: 163.74 Kcal / 684.43 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.07 g	14.69 g	3.80 g	0.25 g	4.80 g	4.20 g	2.59 g	17.84 g	5.16 g	1.00 g	11.60 g	5.00 g	4.55 g	15.70 g	4.38 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		0.83 g	0.00 g	0.20 g	1.45 g	0.00 g	0.32 g	0.88 g	0.00 g	0.68 g	46.60 g	1.90 g	1.00 g	0.87 g	0.00 g	0.86 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-nyerséges édesítőszer

Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Danubia Kft.

2730 Albertirózsa, Pesti út 65.

Csoportos adózás: 17783408-5-13

Adószám: 262-5633-4-13

Élelmiszervezető

Heti étlap 2026.01.19.- 2026.01.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(05392) Tej, alma-, padlizsán,majonéz M 4-6	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Csicszeriborsókrém[10,(12)], Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal	Tejeskávé rizstejből, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Tonhalkrém[4], Diétás pékáru BL[1], Kígyóborkával	Rizstej, Szilvalekváros(12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal
		Energia: 200.16 Kcal / 836.67 KJ	Energia: 121.09 Kcal / 506.16 KJ	Energia: 265.79 Kcal / 1,111.00 KJ	Energia: 149.42 Kcal / 624.58 KJ	Energia: 232.45 Kcal / 971.64 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		2.67 g 17.66 g 5.19 g	1.07 g 8.59 g 2.29 g	0.14 g 15.92 g 4.03 g	0.62 g 13.02 g 3.68 g	0.26 g 15.92 g 4.03 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(05392) Tej, alma-, padlizsán,majonéz M 4-6	Csontleves [9,(1)], Cérumetéllet[1,3], Sertéspörkölt, Lencsefőzelékkel[1,10,(12)], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Bakonyi betyárgulyás, Baracklekváros(12), Grízteszta[1,3], Porcukorral, Diétás pékáruval BL, ebédhez	Póréhagyma-krémleves[1], Pírtott kenyérgockával[1], Rakott burgonya[3]	Szilvaleves[1,(12)], Rántott sertésszelet[1,3], Tört burgonyával, Csemege uborkával[15,(12)]	Zöldborsóleves, Bolognai, spagetti [1,3], Növényi sajt szorattal, Mandarin
		Energia: 464.50 Kcal / 1,941.61 KJ	Energia: 687.61 Kcal / 2,874.21 KJ	Energia: 347.40 Kcal / 1,452.13 KJ	Energia: 710.62 Kcal / 2,970.39 KJ	Energia: 502.68 Kcal / 2,101.20 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		25.97 g 11.10 g 2.15 g	17.74 g 15.75 g 3.54 g	22.60 g 20.59 g 7.25 g	29.97 g 31.20 g 6.59 g	19.84 g 17.81 g 3.83 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(05392) Tej, alma-, padlizsán,majonéz M 4-6	Violife növényi sajt szelettel, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Cheddar sajtos növényi szendvicskrém, Diétás pékáru BL[1]	Mátrai diákcsemege, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	fahéjas csiga-TündérManna	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kápia paprikával
		Energia: 136.33 Kcal / 569.86 KJ	Energia: 49.49 Kcal / 206.87 KJ	Energia: 175.23 Kcal / 732.46 KJ	Energia: 301.44 Kcal / 1,260.02 KJ	Energia: 163.74 Kcal / 684.43 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		0.07 g 14.69 g 3.80 g	0.25 g 4.80 g 4.20 g	2.59 g 17.84 g 5.16 g	1.00 g 11.60 g 5.00 g	4.55 g 15.70 g 4.38 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
 2-rák
 3-tojás

4-hal
 5-földimogyoró
 6-szója

7-tejtermék,laktóz
 8-diófélék
 9-zeller

10-mustár
 11-szezám
 12-kéndioxid-szulfid

13-csillagfürt
 14-puhatestűek
 15-mérséges édesítőszer

16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!
 Eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertfalva, Pesti út 65.
 Csoportos adózás: 17783403-5-13
 Adószám: 26215893-4-13
 Élelmezésvezető

Tételek elap: 2026.01.26. - 2026.02.01.											
Dátum	Étkezési tétel	Cheddar sajt (g)	Diétás pékáru (g)	Diétás BL (g)	Diétás BL (g)	Diétás BL (g)	Diétás BL (g)	Diétás BL (g)	Diétás BL (g)	Diétás BL (g)	Diétás BL (g)
1/26/2026	Téj, alma, padlizsán, majonéz M 4-6 (05392)	T	Caipkebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00
			Sertés pánzsai	178,25	42,85	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20
			Jégcsapretekkel	11,80	2,83	0,22	0,02	0,01	0,53	0,13	0,01
			E Csontleves	81,80	19,57	0,85	0,56	0,03	2,78	0,02	0,51 9,(1)
			Cénnaméltélt	98,32	23,52	1,02	0,30	0,05	4,16	0,00	0,04 1,3
			Szendvics	417,99	100,00	11,08	4,23	1,49	4,27	0,00	0,16
			Lenccsészékkel	911,18	217,99	12,42	5,86	0,56	28,68	0,00	0,14 1,10,(12)
			Diétás pékáruval BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02
			U Violett 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
1/27/2026	Téj, alma, padlizsán, majonéz M 4-6 (05392)	T	Caipkebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00
			Csicszerborsókrém	372,50	89,12	0,84	8,55	2,26	2,10	0,00	0,23 10,(12)
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1
			Paradicsommal	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01
			E Bakonyi betyárgulyás	581,21	139,05	5,73	10,01	2,79	6,31	0,01	1,15
			Baracklevő	109,63	26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	6,30	0,00 (12)
			Gríz	1 583,22	378,76	11,35	5,59	0,73	70,32	7,19	0,36 1,3
			Porcukorral	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00
			Diétás pékáruval BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02
			U Cheddar sajtos növényi	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1
			Összesen:	3 587,16	858,19	19,06	29,14	10,03	128,76	31,68	2,09
1/28/2026	Téj, alma, padlizsán, majonéz M 4-6 (05392)	T	Tejeskávésztejből	576,89	138,01	0,07	1,92	0,23	29,30	21,42	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 Párizsi csokoládé	157,40	37,66	1,20	0,16	0,05	7,78	0,00	0,99 1
			Pirított kenyérfocskával	64,87	15,52	0,59	0,06	0,02	3,14	0,00	0,00 1
			Rakott burgonya	2 005,36	294,22	20,81	20,37	7,18	51,76	0,00	1,03 3
			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
			Paprikával	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00
			Összesen:	4 071,01	788,42	25,33	54,35	16,44	93,09	21,42	2,90
1/29/2026	Téj, alma, padlizsán, majonéz M 4-6 (05392)	T	Caipkebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00
			Tonhakevő	499,42	119,48	0,39	13,00	3,53	0,08	0,00	0,20 4
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1
			Kigyóuborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01
			E Szilvaleves	370,40	88,61	1,09	0,13	0,04	20,35	11,34	0,50 1,(12)
			Rántott sertésszelet	1 484,07	355,04	24,49	18,98	4,38	20,96	0,45	0,43 1,3
			Töltött burgonyával	1 092,90	261,46	4,15	12,05	2,17	33,15	0,00	0,45
			Csemegés uborkával	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96 15,(12)
			U fahéjas csiga-Tündérmanna	1 260,02	301,44	1,00	11,60	5,00	46,60	1,90	1,00
			Összesen:	4 854,97	1 161,48	31,59	55,82	15,27	129,36	20,47	3,55
1/30/2026	Téj, alma, padlizsán, majonéz M 4-6 (05392)	T	Rizst	35,104	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00
			Szilvaleves	86,46	20,69	0,13	0,00	0,00	4,91	4,77	0,01 (12)
			Diétás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00 1
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20
			E Zöldborsóleves	243,21	58,19	3,19	1,60	0,17	7,51	0,00	0,16
			Bolognai	581,31	139,07	6,16	9,87	2,83	6,69	2,50	0,33
			spagetti	1 044,91	249,98	9,79	5,55	0,83	39,91	0,00	0,40 1,3
			Növényi sajt szóráttal	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00
			Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00
			U 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
			Kápi paprikával	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00
			Összesen:	3 757,09	898,87	24,65	49,43	12,24	86,38	15,30	1,96

Heti étlap 2026.01.19 - 2026.01.23.

 eatrend Tízórai	5572 Tej,tojás,rozsmment es 4-6 éves	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sertés párizsis, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Csicseriborsókrémes[10,(12)], Diétás pékáru BL[1], Paradicsommal			Tejeskávé rizstejből, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Tonhalkrémes[4], Diétás pékáru BL[1], Kígyóborkával			Rizstej, Szilvalekváros(12), Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal		
		Energia: 200.16 Kcal / 836.67 KJ			Energia: 121.09 Kcal / 506.16 KJ			Energia: 265.79 Kcal / 1,111.00 KJ			Energia: 149.42 Kcal / 624.58 KJ			Energia: 232.45 Kcal / 971.64 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		2.67 g	17.66 g	5.19 g	1.07 g	8.59 g	2.29 g	0.14 g	15.92 g	4.03 g	0.62 g	13.02 g	3.68 g	0.26 g	15.92 g	4.03 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		7.49 g	6.82 g	0.67 g	9.74 g	6.69 g	0.24 g	29.53 g	21.42 g	0.20 g	7.26 g	6.78 g	0.21 g	21.00 g	12.80 g	0.21 g
1			1			1			1			1				

Ebéd	5572 Tej,tojás,rozsmment es 4-6 éves	Csontleves [9,(1)], Levesbetét, Sertéspörkölt , Lencsefőzelékkel[1,10,(12)], Diétás pékáruval BL, ebédhez			Bakonyi betyárgulyás, Barackleváros(12), Grízes tészta éden[1], Porcukorral, Diétás pékáruval BL, ebédhez			Póréhagyma- krémleves[1], Pírtott kenyérkockával[1], Rakott burgonya TTOGM			Szilvaleves[1,(12)], Rántott sertésszelet, Tört burgonyával, Csemege uborkával[15,(12)]			Zöldborsóleves, Bolognai , Főtt tésztával, Növényi sajt szóráttal, Alma		
		Energia: 461.87 Kcal / 1,930.62 KJ			Energia: 638.01 Kcal / 2,666.88 KJ			Energia: 671.76 Kcal / 2,807.96 KJ			Energia: 658.82 Kcal / 2,753.87 KJ			Energia: 494.75 Kcal / 2,068.06 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		25.19 g	10.92 g	2.11 g	11.40 g	14.94 g	3.29 g	19.59 g	26.69 g	7.17 g	27.56 g	30.18 g	6.27 g	12.25 g	17.72 g	3.55 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		64.86 g	1.82 g	0.84 g	112.74 g	20.68 g	1.34 g	86.00 g	4.00 g	3.20 g	67.36 g	11.34 g	2.30 g	69.65 g	5.38 g	0.57 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			Cheddar sajtos növényi szendvicskrémes, Diétás pékáru BL[1]			Mátrai diákcsemegés, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			fahéjas csiga- TündérManna			Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kápia paprikával		
		Energia: 136.33 Kcal / 569.86 KJ			Energia: 49.49 Kcal / 206.87 KJ			Energia: 175.23 Kcal / 732.46 KJ			Energia: 301.44 Kcal / 1,260.02 KJ			Energia: 163.74 Kcal / 684.43 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.07 g	14.69 g	3.80 g	0.25 g	4.80 g	4.20 g	2.59 g	17.84 g	5.16 g	1.00 g	11.60 g	5.00 g	4.55 g	15.70 g	4.38 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		0.83 g	0.00 g	0.20 g	1.45 g	0.00 g	0.32 g	0.88 g	0.00 g	0.68 g	46.60 g	1.90 g	1.00 g	0.87 g	0.00 g	0.86 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

2-rák

3-tojás

4-hal

5-földimogyoró

6-szója

7-tejtermék,10-mustár

8-diófélék

9-zeller

10-mustár

11-szezám

12-kéndioxid-szulfid

13-csillagfürt

14-puhatestűek

15-mestélyes édesítőszer

Jó étvágyat kívánunk!

eatrend Danubia Kft.

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

Élelmiszervezető

Tételek elap: 2026.01.26. - 2026.02.01.												
	Dátum	Elap neve	Csúszás (g)	Előzetes (g)	Előzetes (g)	Előzetes (g)	Előzetes (g)	Előzetes (g)	Előzetes (g)	Előzetes (g)	Előzetes (g)	Előzetes (g)
1/26/2026	05/572	R Almalé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00		
		Zöldfűszes növényi	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32		
		Dietás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00		
		T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00		
		Sertés pártisa	178,25	42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46		
		Dietás 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		
		E Csontleves	81,80	19,57	0,85	0,56	0,03	2,78	0,02	0,51	9,(1)	
		Levesbetét	87,30	20,89	0,24	0,12	0,01	4,62	0,30	0,01		
		Sertéspörkölt	417,99	100,00	11,08	4,23	1,49	4,27	0,00	0,16		
		Lencsefőzelékkel	911,18	217,09	12,42	5,86	0,56	28,68	0,00	0,14	1,(10),(12)	
		Dietás pékáruval BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02		
		U Violett növényi sajt szelettel	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00		
		Dietás 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		
		V Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Vadics sertésragu	776,49	185,77	9,43	14,19	4,52	4,81	0,50	0,64	1,(9),(10),(12)	
		Főtt tésztával	989,64	236,76	2,30	5,16	0,55	44,35	2,88	0,14		
		P Olasz felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
1/27/2026	05/572	Dietás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
		Lencsefőzelékkel	911,18	217,09	12,42	5,86	0,56	28,68	0,00	0,14	1,(10),(12)	
		Dietás pékáruval BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02		
		U Cheddar sajtos növényi	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32		
		Dietás 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		
		Fokhagymás-kefíres sertésragu	745,96	177,55	9,23	14,33	4,54	2,94	0,00	0,58	1	
		Parótti rizzsel	1 316,00	315,31	6,36	9,42	1,09	51,90	0,00	0,37		
		P Paprikás szalámi	206,56	49,42	1,96	4,58	1,61	0,03	0,00	0,40		
		Dietás 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:	6 310,54	1 508,63	29,74	71,21	29,84	185,11	32,40	3,45		
1/28/2026	05/572	R Almalé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00		
		Növényi szendvicsekremes	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32		
		Dietás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
		T Tejkefészt rostogató	576,89	138,01	0,07	1,92	0,23	29,30	21,42	0,00		
		Dietás 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 Pörékgyma-kremleves	157,40	37,66	1,20	0,16	0,05	7,78	0,00	0,99	1	
		Pirított kenyérkockával	64,87	15,52	0,59	0,06	0,02	3,14	0,00	0,00	1	
		Rakott burgonya TIGGM	2 585,65	618,58	17,80	26,47	7,10	75,08	4,00	2,21		
		U Mátrai diákcsemegés	181,95	43,53	2,28	3,78	1,36	0,05	0,00	0,48		
		Dietás 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		
		V Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Gyros tál	46,72	11,18	1,05	0,64	0,50	0,41	0,17	0,31	1,(1),(10)	
		Vegafalós öntettel	4,72	1,13	0,04	0,02	0,00	0,22	0,00	0,04		
			161,06	38,53	0,69	0,12	0,03	8,55	6,00	0,81		
			413,20	98,85	2,88	0,23	0,00	21,20	0,00	0,01		
		P Csirkemellcsokis	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43		
		Dietás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
1/29/2026	05/572	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:	6 160,94	1 473,96	31,02	80,94	25,11	152,05	33,73	6,21		
1/30/2026	05/572	R Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Bécsi felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
		Dietás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00		
		Tonhalkrém	489,42	119,48	0,39	13,00	3,53	0,08	0,00	0,20	4	
		Dietás pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1	
		Kigyuborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01		
		E Szilvaleves	370,40	88,61	1,09	0,13	0,04	20,35	11,34	0,50	1,(12)	
		Rámtolt sertésszelet	1 267,54	303,24	22,08	17,96	4,06	12,82	0,00	0,39		
		Tört burgonyával	1 092,90	261,46	4,15	12,05	2,17	33,15	0,00	0,45		
		Csemege uborkával	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96	15,(12)	
		U fahéjas csiga-TündérManna	1 260,02	301,44	1,00	11,60	5,00	46,60	1,90	1,00		
		V Almalé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00		
		Növényi burgombóc tojásmentes	1 056,30	252,70	9,45	8,79	1,28	36,56	6,37	0,87	1	
		Porcukorral	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00		
		P Füstölt kolbász	122,56	29,32	1,55	2,54	0,96	0,03	0,00	0,28		
		Dietás 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		
1/31/2026	05/572	Összesen:	7 380,28	1 768,03	40,36	100,43	27,11	171,33	38,39	5,91		
		R Almalé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00		
		Zala felvágottas	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40		
		Dietás 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 Rízstej	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00		
		Dietás pékáru BL	86,46	20,69	0,13	0,00	0,00	4,91	4,77	0,01	12	
		Dietás 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 Zöldborsóleves	243,21	58,19	3,19	1,60	0,17	7,51	0,00	0,16		
		Bolognai	581,31	139,07	6,16	9,67	2,83	6,69	2,50	0,33		
		Főtt tésztával	989,64	236,76	2,30	5,16	0,55	44,35	2,88	0,06		
		Növényi sajt szóráttal	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00		
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,50	0,50	0,00	0,02		
		U Szendvics sonkás	133,90	32,04	4,24	1,64	0,58	0,04	0,00	0,66		
		Dietás 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		
		Kápi paprikával	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		V Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Roston sólt sertésszelet	508,27	121,60	10,50	8,69	1,97	0,20	0,00	0,60		
		Sárgarépás rizzsel	1 230,25	294,31	6,02	4,27	0,50	57,55	0,00	0,78		
		P Fokhagymás felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
		Dietás 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		
		Kigyuborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01		
		Összesen:	7 029,54	1 681,76	39,49	99,77	25,66	152,57	20,28	4,67		

Heti étlap 2026.01.19.- 2026.01.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(05802) GM,TM,OM,hal,citr ,ep,man 4-6	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Láncsaretekkel	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Csicszeriborsókrémes[10,(12)], Gluténmentes pékáru, Paradicsommal	Rizstej, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sült húskrémes, Gluténmentes pékáru, Kígyóuborkával	Rizstej, Szilvalekváros(12), Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal
		Energia: 345.47 Kcal / 1,444.06 KJ	Energia: 266.40 Kcal / 1,113.55 KJ	Energia: 357.07 Kcal / 1,492.55 KJ	Energia: 287.49 Kcal / 1,201.71 KJ	Energia: 377.76 Kcal / 1,579.04 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		6.28 g 18.66 g 5.39 g	4.68 g 9.59 g 2.49 g	3.74 g 16.92 g 4.23 g	5.28 g 12.73 g 3.69 g	3.87 g 16.92 g 4.23 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	Csontleves [9], Levesbetét, Sertéspörkölt, Lencsefőzelékkel[10,(12)], GM pékáruval, ebédhez	Bakonyi betyárgulyás, Baracklekváros(12), Kukoricadarás tészta, Porcukorral, GM pékáruval, ebédhez	Póréhagyma-kréMLEVES, Biosaurus , Rakott burgonya TTOGM	Szilvaleves(12), Rántott sertésszelet[3], Tört burgonyával, Csemege uborkával[15,(12)]	Zöldborsóleves, Bolognai [15], Főtt tésztával, Növényi sajt szórattal, Alma
		Energia: 514.77 Kcal / 2,151.74 KJ	Energia: 633.97 Kcal / 2,649.99 KJ	Energia: 706.30 Kcal / 2,952.33 KJ	Energia: 694.96 Kcal / 2,904.93 KJ	Energia: 541.43 Kcal / 2,263.18 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		24.88 g 17.84 g 2.88 g	11.46 g 14.88 g 3.31 g	19.51 g 28.55 g 7.30 g	30.51 g 31.82 g 6.81 g	15.71 g 22.49 g 5.25 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	Cheddar sajtos növényi szendvicskrémes, Gluténmentes pékáru	Mátrai diákcsemege, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával	fahéjas csiga-TündérManna	Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Kápia paprikával
		Energia: 281.64 Kcal / 1,177.26 KJ	Energia: 194.80 Kcal / 814.26 KJ	Energia: 320.54 Kcal / 1,339.86 KJ	Energia: 301.44 Kcal / 1,260.02 KJ	Energia: 309.05 Kcal / 1,291.83 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		3.68 g 15.69 g 4.00 g	3.86 g 5.80 g 4.40 g	6.20 g 18.84 g 5.36 g	1.00 g 11.60 g 5.00 g	8.16 g 16.70 g 4.58 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
2-rák
3-tojás

4-hal
5-földimogyoró
6-szója

10-mustár
11-szezám
12-kéndioxid-szulfid

13-csillagfűrt
14-puhatestűek
15-mérséges édesítőszer

16-édesgyökér

Jó étvágyat kívánunk!
eatrend Danubia Kft.
2730 Albertirózsa, Pesti út 65.
Csemporlas adószám: 17783408-5-1-
Adószám: 26215633-4-13
Élelmezésvezető

Heti étlap 2026.01.19 - 2026.01.23.

 Tízórai (05902) Gluténmentes4-6		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Csipkebogyó tea citrom nélkül, Sertés párizsis, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Jégcsapretekkel			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Csicszeriborsókrémes[7, 10,(12)], Gluténmentes pékáru, Paradicsommal			Tehéntej 1,5%[7], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Tonhalkrémes[4], Gluténmentes pékáru, Kígyóuborkával			Tehéntej 1,5%[7], Szilvalekváros(12), Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal		
		Energia: 345.47 Kcal / 1,444.06 KJ			Energia: 244.81 Kcal / 1,023.31 KJ			Energia: 370.64 Kcal / 1,549.28 KJ			Energia: 294.73 Kcal / 1,231.97 KJ			Energia: 391.33 Kcal / 1,635.76 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		6.28 g	18.66 g	5.39 g	4.85 g	7.16 g	3.11 g	10.51 g	18.02 g	5.63 g	4.23 g	14.02 g	3.88 g	10.64 g	18.02 g	5.63 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	34.84 g	7.22 g	1.02 g	37.02 g	7.09 g	0.47 g	38.23 g	0.40 g	0.82 g	34.61 g	7.18 g	0.56 g	43.14 g	5.17 g	0.83 g	
	7				7				7				7			

Ebéd (05902) Gluténmentes4-6		Csontleves [9], Levesbetét, Sertéspörkölt, Lencsefőzelékkel[7, 10,(12)], GM pékáruval, ebédhez			Bakonyi betyárgulyás, Baracklekváros(12), Kukoricadarás tészta, Porcukorral, GM pékáruval, ebédhez			Póréhagyma-krémleves, Kölesgolyóval, Rakott burgonya TTOGM			Szilvaleves(12), Rántott sertésszelet[3], Tört burgonyával(7), Csemege uborkával[15,(12)]			Zöldborsóleves, Bolognai , Főtt tésztával, Reszelt trapista sajttal[7], Alma		
		Energia: 546.53 Kcal / 2,284.50 KJ			Energia: 633.97 Kcal / 2,649.99 KJ			Energia: 677.66 Kcal / 2,832.62 KJ			Energia: 694.96 Kcal / 2,904.93 KJ			Energia: 485.38 Kcal / 2,028.89 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		25.57 g	20.61 g	4.44 g	11.46 g	14.88 g	3.31 g	19.51 g	26.77 g	7.16 g	30.51 g	31.82 g	6.81 g	20.07 g	25.00 g	8.63 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		63.71 g	1.80 g	0.48 g	111.82 g	20.68 g	1.31 g	88.10 g	4.13 g	3.21 g	69.66 g	11.79 g	2.36 g	69.41 g	5.89 g	1.16 g
	7				9				7				7	3,7,(1)		

Uzsonna (05902) Gluténmentes4-6		Trapista sajt szelettel[7], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal			Natúr kockasajttal[7], Gluténmentes pékáru			Mátrai diákcsemegés, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával			fahéjas csiga-TündérManna			Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Kápia paprikával		
		Energia: 421.84 Kcal / 1,763.29 KJ			Energia: 296.62 Kcal / 1,239.87 KJ			Energia: 320.54 Kcal / 1,339.86 KJ			Energia: 301.44 Kcal / 1,260.02 KJ			Energia: 309.05 Kcal / 1,291.83 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		14.76 g	26.24 g	11.14 g	12.00 g	13.50 g	7.64 g	6.20 g	18.84 g	5.36 g	1.00 g	11.60 g	5.00 g	8.16 g	16.70 g	4.58 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	28.50 g	0.40 g	1.75 g	28.23 g	0.40 g	1.03 g	46.60 g	1.90 g	1.00 g	28.22 g	0.40 g	1.21 g
	7				7				7				7			

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

Allergén lista (kód-allergén)

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

Tételek elap 2026.01.26. - 2026.02.01.												
			Csúcs (kg)	Előzetes (g)	Előzetes (g)	Előzetes (g)	Előzetes (g)	Előzetes (g)	Előzetes (g)	Előzetes (g)	Előzetes (g)	
1/26/2026 1-4-6 (0502)	R	Almalé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00		
			317,52	75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	0,00	0,01 7		
			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		
			178,25	42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46		
			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		
			80,44	19,25	0,89	0,51	0,01	2,72	0,00	0,17 9		
			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	
			Lenőcsfésű	1 047,12	250,51	13,04	8,75	2,15	29,65	0,00	0,12 7,10,12	
			GM pékárúval, ébredhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
			Törzstapra sajttal	621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97 7	
			Gluténmentes pékárú	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Összesen:	9 655,98	2 310,09	69,06	115,11	36,56	234,24	15,70	5,56	
			1/27/2026 1-4-6 (0502)	R	Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Vanília túróskenyér	272,80	65,26				5,41	2,83	1,54	4,47	3,00	0,02 7,12	
Gluténmentes pékárú	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	
Csicszerbónokedlmes	282,28	67,53				1,01	6,12	2,90	2,03	0,00	0,11 7,10,12	
Gluténmentes pékárú	610,28	146,00				3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
Paradisommal	18,31	4,38				0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01	
Bakonyi belyárgulyás	581,21	139,05				5,73	10,01	2,79	6,31	0,01	1,15	
Baracklevél	109,63	26,23				0,06	0,00	0,00	6,44	6,30	0,00 12	
Kukoricadarázs tészta	1 358,97	325,12				5,07	4,72	0,50	64,57	2,88	0,14	
Porcukorral	167,83	40,15				0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00	
GM pékárúval, ébredhez	432,30	103,42				0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02	
U Natúr kocsasajttal	629,58	150,62				8,36	12,50	7,44	1,00	0,00	1,40 7	
Gluténmentes pékárú	610,28	146,00				3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
V Almalé 100%	38,79	9,28				0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00	
Fokhagymás-tejfölös sertésragu	745,99	177,56				9,18	14,39	4,55	2,86	0,00	0,58	
Párolt rizs	1 318,00	315,31				5,36	9,42	1,09	51,90	0,00	0,37	
P Paprika szalámis	206,56	49,42				1,96	4,58	1,61	0,03	0,00	0,40	
Gluténmentes pékárú	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35				
Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20				
Paprikával	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00				
Összesen:	9 263,42	2 215,24	57,88	82,92	27,07	294,49	33,98	5,80				
1/28/2026 1-4-6 (0502)	R	Almalé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00		
			Natúr sajtkrémes	316,26	75,66	1,10	7,70	4,58	0,40	0,00	0,24 7	
			Gluténmentes pékárú	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			T Tehénjé 1,5%	407,75	97,55	6,83	3,02	1,63	10,65	0,00	0,27 7	
			Gluténmentes pékárú	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Pörtekhagyma-krémes	158,09	37,82	0,93	0,10	0,02	8,22	0,00	1,00	
			Kolesgolyóval	88,86	21,26	0,78	0,20	0,04	4,80	0,13	0,00	
			Rakott burgonya TTOGM	2 585,67	618,58	17,80	26,47	1,10	75,08	4,00	2,21	
			U Natúr díszkenyér	181,95	43,53	2,28	3,78	1,36	0,05	0,00	0,48	
			Gluténmentes pékárú	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Paprikával	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
			V Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Györs tal	46,72	11,18	1,05	0,64	0,50	0,41	0,17	0,31 1,10	
			121,02	28,95	1,51	1,57	0,84	2,20	0,00	0,17 7		
			161,06	38,53	0,69	0,12	0,03	8,55	6,00	0,81		
			413,20	98,85	2,88	0,23	0,00	21,20	0,00	0,01		
P Csikkenőkenyér	92,40	22,11	0,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43				
Gluténmentes pékárú	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35				
Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20				
Jégcsapretekkel	11,80	2,83	0,22	0,02	0,01	0,53	0,13	0,01				
Összesen:	8 674,73	2 075,32	54,49	90,57	28,52	245,98	14,04	7,94				
1/29/2026 1-4-6 (0502)	R	Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Bécsi felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84	
			Gluténmentes pékárú	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00	
			Törzstapra sajttal	489,42	119,48	0,39	13,00	3,53	0,08	0,00	0,20 4	
			Gluténmentes pékárú	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			Kigyóborkóval	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01	
			Szilvaleves	355,23	84,99	0,44	0,06	0,02	20,24	11,34	0,50 12	
			Rántott sertésszelettel	1 433,76	343,00	25,68	19,67	4,62	15,23	0,45	0,45 3	
			Törzstapra sajttal	1 062,90	261,46	4,15	12,05	2,17	33,15	0,00	0,45 7	
			Csemege uborkával	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96 15,12	
			U fahéjas csiga-Tündérmanna	1 260,02	301,44	1,00	11,60	5,00	46,60	1,90	1,00	
			Almalé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00	
			Törzstapra sajttal	1 823,35	436,21	20,32	16,97	6,04	49,92	17,34	0,78 7	
			Porcukorral	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00	
			P Füstölt kolbászos	122,56	29,32	1,55	2,54	0,96	0,03	0,00	0,28	
			Gluténmentes pékárú	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20				
Paradisommal	16,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,01				
Összesen:	10 130,64	2 423,61	68,01	113,25	33,01	289,04	51,01	6,93				
1/30/2026 1-4-6 (0502)	R	Almalé 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00		
			Zala felvágottas	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40	
			Gluténmentes pékárú	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			T Tehénjé 1,5%	407,75	97,55	6,83	3,02	1,63	10,65	0,00	0,27 7	
			Szilvaleves	86,46	20,69	0,13	0,00	0,00	4,91	4,77	0,01 12	
			Gluténmentes pékárú	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Zoldborzslával	243,21	58,19	3,19	1,60	0,17	7,51	0,00	0,16	
			Bolognai	577,87	138,25	6,12	9,66	2,83	6,54	2,50	0,32	
			Főtt tészta	989,64	236,76	2,30	5,16	0,55	44,35	2,88	0,06	
			Reszelt trappista sajttal	442,26	0,00	7,96	7,96	5,08	0,51	0,51	0,60 7	
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
			U Szendvics sonkás	133,90	32,04	4,24	1,64	0,58	0,04	0,00	0,66	
			Gluténmentes pékárú	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35	
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Káposzta paprikával	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
			V Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Roston sült sertésszelettel	508,27	121,60	10,50	8,69	1,97	0,20	0,00	0,60				
Sárgapaprika rizzsel	1 230,25	294,31	6,02	4,27	0,50	57,55	0,00	0,78				
P Fokhagymás felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84				
Gluténmentes pékárú	610,28	146,00	3,64	1,00	0,20	27,50	0,40	0,35				
Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20				
Kigyóborkóval	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01				
Összesen:	9 919,01	2 267,20	68,22	112,15	32,94	256,52	14,36	6,93				

Heti étlap 2026.01.19. - 2026.01.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Csicseriborsókrémes[7, 10 , (12)], Diétás pékáru BL DIAB [1], Paradicsommal, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Tonhalkrémes[3,4,7,10,(1) , Diétás pékáru BL DIAB [1], Kígyóborkával, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diabetikus szilvalekváros[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma
		Energia: 322.80 Kcal / 1,349.30 KJ	Energia: 240.77 Kcal / 1,006.42 KJ	Energia: 237.06 Kcal / 990.91 KJ	Energia: 280.47 Kcal / 1,172.36 KJ	Energia: 247.65 Kcal / 1,035.18 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		7.88 g 22.1 g 6.58 g	4.75 g 13.13 g 5.83 g	2.88 g 14.89 g 3.82 g	4.61 g 18.46 g 7.13 g	2.73 g 14.86 g 3.81 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	Csonleves [9,(1)], Cérnamentélttel[1,3], Sertéspörkölt[1], Lencsefőzelékkel[10,(12)], Diétás pékáruval BL, Fehérjéhez	Bakonyi betyárgulyás[1,7], Túrós[7], Tejfölös[7], Teljes kiőrlésű főtt tésztával[1,3], Diétás pékáruval BL, Fehérjéhez	Póréhagyma- krémleves[1,7,(3,6,12)], Kölesgolyóval, Rakott burgonya[7]	Szilvaleves DIAB[15], Rántott sertésszelet, Tört burgonyával, Csemege uborkával[15,(12)]	Zöldborsóleves, Bolognai [9,(1,3,6,7,12)], spagetti [1,3], Reszelt trappista sajttal[7], Alma
		Energia: 418.19 Kcal / 1,748.03 KJ	Energia: 454.13 Kcal / 1,898.26 KJ	Energia: 244.97 Kcal / 1,023.97 KJ	Energia: 252.34 Kcal / 1,054.78 KJ	Energia: 329.17 Kcal / 1,375.93 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		20.31 g 21.4 g 5.80 g	22.48 g 26.09 g 10.24 g	10.46 g 16.25 g 6.17 g	12.17 g 7.51 g 1.65 g	20.41 g 21.80 g 8.52 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	Trappista sajt szelettel[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Natúr kockasajttal[7], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Mátrai diákcsemege, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával	Soproni felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Kávia paprikával
		Energia: 301.87 Kcal / 1,261.82 KJ	Energia: 176.65 Kcal / 738.40 KJ	Energia: 248.01 Kcal / 1,036.68 KJ	Energia: 287.04 Kcal / 1,199.83 KJ	Energia: 225.03 Kcal / 940.63 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		12.14 g 25.3 g 10.95 g	9.38 g 12.63 g 7.45 g	6.10 g 21.81 g 6.53 g	6.54 g 26.45 g 8.39 g	10.02 g 17.53 g 4.96 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 Albertirózsa, Pesti út 65.
 Cégadatok: 17783408-5-11
 Adószám: 26215833-4-13
 Élelmiszevezető



Táplálék naplózás 2026.01.26. - 2026.02.01.											
Dátum	Étkezési időpont	Étkezési típus	Étkezési rész	Étkezési rész	Étkezési rész	Étkezési rész	Étkezési rész	Étkezési rész	Étkezési rész	Étkezési rész	Étkezési rész
1/26/2026	08:00	T	Csajkebabgyő tea édesítőszerez	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00 15
			Sertés párizsi	366,50	85,29	4,76	7,28	2,75	0,08	0,00	0,91
			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
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02
			Csontléves	163,59	39,14	1,70	1,11	0,05	5,96	0,04	1,02 9,(1)
			Cémmetettél	16,38	3,92	0,17	0,05	0,00	0,69	0,00	0,00 1,3
			Sertéspörkölt	972,13	232,56	11,70	17,36	5,47	7,13	0,01	0,40 1
			Lencsefőzelékkel	466,22	111,54	6,56	2,84	0,28	14,81	0,00	0,02 10,(12)
			Diétás pékáruval BL, ebédhez	129,69	31,03	0,18	0,05	0,00	7,35	0,45	0,01
			Trápiasta sajt szelettel	621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97 7
1/27/2026	08:00	T	Csajkebabgyő tea édesítőszerez	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00 15
			Csajkebabgyő tea édesítőszerez	564,56	135,06	2,02	12,23	5,80	4,05	0,00	0,21 7,10,(12)
			Diétás pékáru BL DIAB	185,01	44,25	1,73	0,22	0,01	8,77	0,00	0,02 1
			Paradicsommal	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02
			Bakonyi betyárgulyás	420,25	100,54	5,42	5,76	1,48	6,56	0,00	0,34 1,7
			Turkó	350,35	85,97	9,72	4,20	2,28	2,22	0,00	0,03 7
			Tajfőles	535,08	128,01	2,80	11,00	6,18	4,30	0,00	0,14 7
			Teljes körűsű főtt tésztával	497,13	118,93	4,42	5,10	0,30	20,10	0,04	0,62 1,3
			Diétás pékáruval BL, ebédhez	86,46	20,68	0,12	0,03	0,00	4,90	0,30	0,00
			Natúr kockasajttal	629,58	150,62	9,38	12,50	7,44	1,00	0,00	1,40 7
			Diétás pékáru BL DIAB	108,83	26,03	1,02	0,13	0,01	5,16	0,00	0,01 1
1/28/2026	08:00	T	Csajkebabgyő tea édesítőszerez	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00 15
			Diétás pékáru BL DIAB	239,42	57,27	2,24	0,29	0,02	11,35	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
			Pöréghagyma-kremleves	415,45	99,39	2,24	4,85	1,16	11,55	0,00	2,33 1,7,(3),(6),(12)
			Kölesgolyóval	14,81	3,54	0,13	0,03	0,01	0,80	0,02	0,00
			Rakott burgonya	942,70	142,04	8,09	11,37	5,00	22,05	0,00	0,28 7
			Mátrai dískörmegés	363,89	87,05	4,56	7,56	2,72	0,09	0,00	0,95
			Diétás pékáru BL DIAB	108,83	26,03	1,02	0,13	0,01	5,16	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:	3 400,59	730,04	19,44	52,95	16,52	62,88	0,03	4,02
1/29/2026	08:00	T	Csajkebabgyő tea édesítőszerez	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	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03 1
			Kölykuborkával	19,96	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
			Szilvaleves DIAB	98,23	23,50	0,24	0,03	0,01	5,34	0,00	0,30 15
			Rántott sertésfőzelék	507,02	121,30	8,83	7,18	1,62	5,13	0,00	0,16
			Tört burgonyával	391,95	93,77	2,50	0,20	0,02	20,00	0,00	0,60
			Csemege uborkával	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40 15,(12)
			Soproni felvágottas	559,78	133,92	5,48	12,32	4,58	0,12	0,00	1,68
			Diétás pékáru BL DIAB	108,83	26,03	1,02	0,13	0,01	5,16	0,00	0,01 1
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20
1/30/2026	08:00	T	Csajkebabgyő tea édesítőszerez	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00 15
			Diabétes szilvalekváros	87,79	21,00	0,26	0,02	0,00	4,77	0,00	0,02 15
			Diétás pékáru BL DIAB	195,89	46,86	1,83	0,24	0,01	9,28	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
			Zöldborsóleves	138,48	33,13	1,45	1,22	0,13	3,93	0,00	1,23
			Bolognai spagetti	583,92	139,70	6,42	9,69	2,96	5,78	2,09	0,36 9,(1),(3),(6),(7),(12)
			Reszelt trápiasta sajtjal	442,26	0,00	7,86	7,98	5,08	0,51	0,51	0,60 7
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02
			Szendvics sonkás	267,79	64,07	8,48	3,28	1,15	0,08	0,00	1,31
			Diétás pékáru BL DIAB	108,83	26,03	1,02	0,13	0,01	5,16	0,00	0,01 1
			Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20
Kápija paprikával	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00			
Összesen:	3 793,95	801,85	33,16	54,19	17,29	68,52	2,61	4,16			

Heti étlap 2026.01.19. - 2026.01.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(06362) Diab. 20-20-15 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Csicszeriborsókrémes[7, 10, (12)], Diétás pékáru BL DIAB [1], Paradicsommal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Tonhalkrémes[3,4,7,10,(1)], Diétás pékáru BL DIAB[1], Kígyóborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diabetikus szilvalekváros[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal
		Energia: 334.53 Kcal / 1,398.34 KJ	Energia: 242.92 Kcal / 1,015.41 KJ	Energia: 255.19 Kcal / 1,066.69 KJ	Energia: 284.02 Kcal / 1,187.20 KJ	Energia: 252.99 Kcal / 1,057.50 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		9.78 g 21.92 g 6.60 g	6.28 g 12.82 g 5.85 g	5.03 g 14.66 g 3.84 g	4.63 g 17.94 g 7.13 g	4.39 g 14.56 g 3.84 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(06362) Diab. 20-20-15 g CH	Csornai csirke[9,(1)], Cérumetéllel[1,3], Sertéspörkölt[1], Lencsefőzelékkel[10,(12)], Diétás pékáruval BL, Jégcsapretekkel	Bakonyi betyárgulyás[1,7], Túrós[7], Tejfölös[7], Teljes kiőrlésű főtt tésztával[1,3], Diétás pékáruval BL, Jégcsapretekkel	Póréhagyma-krémes[1,7,(3,6,12)], Kölesgolyóval, Rakott burgonya[7]	Szilvaleves DIAB[15], Rántott sertésszelet, Tört burgonyával, Csemege uborkával[15,(12)]	Zöldborsóleves, Bolognai [9,(1,3,6,7,12)], spagetti [1,3], Reszelt trappista sajttal[7], Alma
		Energia: 438.45 Kcal / 1,832.72 KJ	Energia: 450.25 Kcal / 1,882.05 KJ	Energia: 208.99 Kcal / 873.58 KJ	Energia: 364.96 Kcal / 1,525.53 KJ	Energia: 301.15 Kcal / 1,258.81 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		20.97 g 25.64 g 7.51 g	23.60 g 27.02 g 11.16 g	6.30 g 9.81 g 2.85 g	21.67 g 16.39 g 3.69 g	19.51 g 21.79 g 8.46 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(06362) Diab. 20-20-15 g CH	Trappista sajt szelettel[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Natúr kockasajttal[7], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Mátrai diákcsemege, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával	Soproni felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Kápi paprikával
		Energia: 403.42 Kcal / 1,686.30 KJ	Energia: 272.40 Kcal / 1,138.63 KJ	Energia: 337.96 Kcal / 1,412.67 KJ	Energia: 376.99 Kcal / 1,575.82 KJ	Energia: 314.98 Kcal / 1,316.62 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		16.11 g 25.90 g 10.98 g	13.13 g 13.13 g 7.48 g	9.62 g 22.28 g 6.56 g	10.06 g 26.92 g 8.42 g	13.54 g 18.00 g 4.99 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-tejtermé	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.
 Gyártási időszám: 17783403-5-1-1
 Adószám: 26215833-4-13
 Élelmezésvizsgáló

Tervezési táblázat 2026.01.25. - 2026.02.01.												
	Érték (előző év)	Érték (2025.01.01.)	Érték (2025.01.01.)	Érték (2025.01.01.)	Érték (2025.01.01.)	Érték (2025.01.01.)	Érték (2025.01.01.)	Érték (2025.01.01.)	Érték (2025.01.01.)	Érték (2025.01.01.)	Érték (2025.01.01.)	
2026.02.06	Dátum: 2026.01.15 g CH	T	Caispekbe egy tea édesítőszerez	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00 15	
		Szűrés pátizás	356,50	85,29	4,76	7,28	2,75	0,08	0,00	0,00	0,07 1	
		Diétás pékáru BL DIAB	484,78	115,98	4,54	0,60	0,00	22,97	0,00	0,00	0,07 1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,00	0,20	
		Jégcsapretekkel	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	0,05	0,26	0,02	0,00	
		E Csontleves	163,59	39,14	1,70	1,11	0,05	5,56	0,00	0,02	0,12 9(1)	
		Csémaméttel	131,10	31,36	3,36	0,40	0,07	5,54	0,04	0,06	1,3	
		Sertéspörkölt	1 296,18	310,09	15,60	23,15	7,30	0,00	0,51	0,00	0,20	
		Lencsefőzelékkel	155,41	37,18	2,19	0,95	0,09	4,94	0,00	0,01	0,10 12(2)	
		Diétás pékáruval BL, ebédhez	86,46	20,68	0,12	0,03	0,00	4,90	0,30	0,00	0,00	
U	Trápiás sajt szelettel	621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,04	0,00	0,97	1		
Diétás pékáru BL DIAB	533,26	127,58	4,99	0,66	0,04	25,27	0,00	0,08	0,07	1		
Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,00	0,20			
	Osszesen:	4 917,26	1 176,40	46,86	73,46	25,09	80,64	0,63	4,08			
2026.02.08	Dátum: 2026.01.15 g CH	T	Caispekbe egy tea édesítőszerez	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00 15	
		Caiszenboroskermes	564,56	136,06	2,02	12,23	5,80	4,05	0,00	0,21	7,10 12(2)	
		Diétás pékáru BL DIAB	412,06	98,58	3,86	0,51	0,03	19,52	0,00	0,06	1	
		Paradicsommal	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01	0,01	
		E Bakonyi belyeggyűlés	735,44	175,95	9,49	10,09	2,60	11,49	0,01	0,60	1,7	
		Túrós	359,35	85,97	9,72	4,20	2,28	2,22	0,00	0,03	0,7	
		Tefjós	535,08	128,01	2,80	11,00	6,18	4,30	0,00	0,14	7	
		Fejes kékfőző főtt tésztával	165,71	39,84	1,47	1,70	0,10	6,70	0,01	0,21	1,3	
		Diétás pékáruval BL, ebédhez	86,46	20,68	0,12	0,03	0,00	4,90	0,30	0,00	0,00	
		U	Natur kocsasajttal	629,58	150,62	8,36	12,50	7,44	1,00	0,00	1,40	7
Diétás pékáru BL DIAB	509,02	121,78	4,77	0,63	0,04	24,12	0,00	0,07	1			
	Osszesen:	4 036,05	965,57	43,01	52,97	24,49	79,92	0,33	2,73			
2026.02.09	Dátum: 2026.01.15 g CH	T	Caispekbe egy tea édesítőszerez	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00 15	
		Diétás pékáru BL DIAB	533,26	127,58	4,99	0,66	0,04	25,27	0,00	0,08	0,07 1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		E Pöréghagyma-kremleves	593,51	141,99	3,20	6,94	1,67	16,51	0,01	3,33	17,33 6(1),12(2)	
		Kölesgöngyöl	148,10	35,43	1,30	0,34	0,07	8,00	0,00	0,21	0,00	
		Bakonyi belyeggyűlés	209,49	31,57	8,80	2,53	1,11	4,90	0,00	0,06	1,7	
		U	Mátrai diás csigamész	363,89	87,05	4,56	7,56	2,72	11,54	0,00	0,95	
		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		
		Paprikával	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00	
	Osszesen:	3 430,40	802,14	20,95	46,75	13,25	79,12	0,23	4,89			
2026.02.10	Dátum: 2026.01.15 g CH	T	Caispekbe egy tea citrom nélkül	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00	
		Tonhalkrém	714,77	171,00	1,57	17,55	6,81	1,44	0,80	0,04	3,4,7,10 1(1)	
		Diétás pékáru BL DIAB	284,93	68,17	2,66	0,35	0,02	13,50	0,00	0,01	0,04	
		Kégygöngyöl	16,66	4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	0,17	0,01	0,01	
		E Szilveszter DIAB	229,19	54,83	0,57	0,08	0,00	12,46	0,00	0,69	15	
		Rántott sertésszelet	1 140,79	272,92	19,87	16,16	3,65	11,54	0,00	0,35		
		Tört burgonyával	97,99	23,44	0,63	0,05	0,01	5,50	0,00	0,15		
		Csemege uborkával	554,78	137,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40	15,12(2)	
		U	Soproni 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				
	Osszesen:	4 288,48	1 025,97	36,36	61,25	19,24	80,38	10,96	6,83			
2026.02.11	Dátum: 2026.01.15 g CH	T	Caispekbe egy tea édesítőszerez	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00 15	
		Diabetikus szilveszter	87 79	21,00	0,26	0,02	0,00	4,77	0,00	0,00	0,15	
		Diétás pékáru BL DIAB	436,30	104,38	0,09	0,54	0,04	20,67	0,00	0,06	1	
		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		E Zoldborosleves	311,59	74,55	3,27	2,75	0,30	8,84	0,00	0,76		
		Bolognai	583,92	139,70	6,42	9,69	2,96	5,78	2,09	0,36	9(1),13 6(1),7,12	
		spagetti	145,13	34,72	1,36	0,77	0,12	5,54	0,00	0,6	1,3	
		Rozsát trápiás sajtjal	442,26	0,00	7,86	7,98	5,08	0,51	0,51	0,60	7	
		U	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
		Szendvics sonkás	267,79	64,07	4,48	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				
Kápi paprikával	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	0,00			
	Osszesen:	4 075,05	869,12	37,44	54,35	17,29	81,04	2,61	5,66			

Heti étlap 2026.01.19 - 2026.01.23.

 Tízórai	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Sertés párizsis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Jégcsapretekkel, Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Csicseriborsókrém[7,10,(1 2)], Diétás pékáru BL DIAB [1], Paradicsommal, Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Tonhalkrém[3,4,7,10,(1)], Diétás pékáru BL DIAB [1], Kígyóborkával, Alma			Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Diabetikus szilvalekváros[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma		
		Energia: 412.80 Kcal / 1,725.50 KJ			Energia: 315.39 Kcal / 1,318.33 KJ			Energia: 321.86 Kcal / 1,345.37 KJ			Energia: 370.47 Kcal / 1,548.56 KJ			Energia: 332.36 Kcal / 1,389.26 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.68 g	22.82 g	6.60 g	6.95 g	13.69 g	5.85 g	5.48 g	15.50 g	3.84 g	7.41 g	19.09 g	7.15 g	5.61 g	15.51 g	3.84 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		39.95 g	0.27 g	1.23 g	39.80 g	0.01 g	0.31 g	38.82 g	0.01 g	0.30 g	40.86 g	0.98 g	0.15 g	41.20 g	0.01 g	0.31 g
1,15			1,7,15			1,7,15			1,15			1,15				

Ebéd	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	Csontleves [9,(1)], Cérnametéllel[1,3], Sertéspörkölt[1], Lencsefőzelékkel[10,(12)], Diétás pékáruval BL, ebédhez			Bakonyi betyárgulyás[1,7], Túrós[7], Tejfölös[7], Teljes kiórlésű főtt tésztával[1,3], Diétás pékáruval BL, ebédhez			Póréhagyma- krémleves[1,7,(3,6,12)], Kölesgolyóval, Rakott burgonya[7]			Szilvaleves DIAB[15], Rántott sertésszelet, Tört burgonyával, Csemege uborkával[15,(12)]			Zöldborsóleves, Bolognai [9,(1,3,6,7,12)], spagetti [1,3], Reszelt trapista sajttal[7], Alma		
		Energia: 438.45 Kcal / 1,832.72 KJ			Energia: 450.25 Kcal / 1,882.05 KJ			Energia: 208.99 Kcal / 873.58 KJ			Energia: 364.96 Kcal / 1,525.53 KJ			Energia: 301.15 Kcal / 1,258.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		20.97 g	25.64 g	7.51 g	23.60 g	27.02 g	11.16 g	6.30 g	9.81 g	2.85 g	21.67 g	16.39 g	3.69 g	19.51 g	21.79 g	8.46 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		30.45 g	0.36 g	1.63 g	29.61 g	0.32 g	0.98 g	29.41 g	0.22 g	3.39 g	31.60 g	0.00 g	3.59 g	31.17 g	2.60 g	3.80 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			Natúr kockasajttal[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Körte			Mátrai diákcsemege, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával, Körte			Soproni felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Körte			Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Kápi paprikával, Körte		
		Energia: 347.78 Kcal / 1,453.72 KJ			Energia: 222.56 Kcal / 930.30 KJ			Energia: 289.95 Kcal / 1,211.99 KJ			Energia: 332.95 Kcal / 1,391.73 KJ			Energia: 270.94 Kcal / 1,132.53 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.31 g	25.62 g	10.96 g	10.55 g	12.88 g	7.46 g	7.24 g	22.04 g	6.54 g	7.71 g	26.70 g	8.40 g	11.19 g	17.78 g	4.97 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		15.54 g	0.00 g	1.20 g	15.82 g	0.00 g	1.43 g	15.29 g	0.00 g	1.18 g	15.02 g	0.00 g	1.91 g	16.18 g	0.00 g	1.54 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-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.
Cégadatok: 17783403-5-10
Adószám: 26215833-4-13
Élelmiszervezető

Tételek átlag 2026.01.26. - 2026.02.01.											
Dátum	Étkezési tétel	Energia (kJ)	Energia (kcal)	Protein (g)	Carb (g)	Lipidum (g)	Cholesterol (g)	Sók (g)	Alkohol (g)	Alkohol (g)	Összesítés
1/26/2026 06381	T Csipkebogyó tea édesítőszerez	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15	
	Sertés pánzsai	356,50	85,29	4,76	7,28	2,75	0,08	0,00	0,91		
	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		
	Alma	327,18	78,27	0,90	0,90	0,00	15,75	0,00	0,03		
	Csontleves	163,59	39,14	1,70	1,11	0,05	5,56	0,04	1,02	9,(1)	
	Cémmetettél	131,10	31,36	1,36	0,40	0,07	5,54	0,00	0,06	1,3	
	Sertésörkölt	1296,18	310,09	15,60	23,15	7,30	9,51	0,02	0,54	1	
	Lencsefőzelékkel	155,41	37,18	2,19	0,95	0,09	4,94	0,00	0,01	10,(12)	
	Diétás pékáruval BL, ebédhez	86,46	20,68	0,12	0,03	0,00	4,90	0,30	0,00		
	Trápiata sajt szelettel	621,77	146,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97	7	
	Diétás pékáru BL DIAB	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1	
	Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
1/27/2026 06381	Körte	83,07	19,87	0,15	0,11	0,00	4,50	0,00	0,00		
	Összesen:	5 011,91	1 199,03	44,96	74,08	25,07	85,94	0,63	4,06		
	T Csipkebogyó tea édesítőszerez	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15	
	Csicskeborsókrémes	564,56	135,06	2,02	12,23	5,80	4,05	0,00	0,21	7,10,(12)	
	Diétás pékáru BL DIAB	387,82	92,78	3,63	0,48	0,03	18,38	0,00	0,06	1	
	Paradicsommal	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
	Alma	327,18	78,27	0,90	0,90	0,00	15,75	0,00	0,03		
	Bakonyi betyárgulyás	735,44	175,95	9,49	10,09	2,60	11,49	0,01	0,60	1,7	
	Túrós	359,35	85,97	9,72	4,20	2,28	2,22	0,00	0,03	7	
	Tefjótós	535,08	128,01	2,80	11,00	6,18	4,30	0,00	0,14	7	
	Teljes körűsét főt téstával	165,71	39,64	1,47	1,70	0,10	6,70	0,01	0,21	1,3	
	Diétás pékáruval BL, ebédhez	86,46	20,68	0,12	0,03	0,00	4,90	0,30	0,00		
	Natur kocsasajttal	629,68	150,62	8,36	12,50	7,44	1,00	0,00	1,40	7	
	Diétás pékáru BL DIAB	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1	
1/28/2026 06381	Körte	83,07	19,87	0,15	0,11	0,00	4,50	0,00	0,00		
	Összesen:	4 130,70	988,20	41,10	53,59	24,47	85,23	0,33	2,72		
	T Csipkebogyó tea édesítőszerez	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15	
	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		
	Paradicsommal	583,51	141,98	3,20	6,94	1,67	16,51	0,01	3,33	1,7,(9),(6),(12)	
	Kölesgulyával	148,10	35,43	1,30	0,34	0,07	8,00	0,21	0,00		
	Rakott burgonya	209,49	51,57	1,80	2,53	1,11	4,90	0,00	0,06	7	
	Mátrai diákcsemege	363,89	87,05	4,56	7,56	2,72	0,09	0,00	0,95		
	Diétás pékáru BL DIAB	217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1	
	Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	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		
1/29/2026 06381	Összesen:	3 508,43	820,80	19,02	47,35	13,23	83,52	0,23	4,87		
	T Csipkebogyó tea édesítőszerez	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15	
	Tonnhalkrém	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	
	Kigyóuborkával	19,66	4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	0,17	0,01		
	Alma	327,18	78,27	0,90	0,90	0,00	15,75	0,00	0,03		
	Szálkaleves	228,19	54,63	0,57	0,08	0,03	12,46	0,00	0,69	15	
	Rántott sertészelet	1 140,79	272,92	19,87	16,16	3,65	11,54	0,00	0,35		
	Tört burgonyával	97,99	23,44	0,63	0,05	0,01	5,00	0,00	0,15		
	Csemege uborkával	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40	15,(12)	
	Soproni 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		
	Körte	83,07	19,87	0,15	0,11	0,00	4,50	0,00	0,00		
1/30/2026 06381	Összesen:	4 465,80	1 068,38	36,79	62,18	19,24	87,48	0,98	5,65		
	T Csipkebogyó tea édesítőszerez	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15	
	Diabétikus szilvalekváros	43,90	10,50	0,13	0,01	0,00	2,38	0,00	0,01	15	
	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		
	Zöldbabosleves	311,59	74,55	3,27	2,75	0,30	8,84	0,00	2,76		
	Botognal	583,92	139,70	6,42	9,69	2,96	5,78	2,09	0,36	9,(1),(3),(6),(7),(12)	
	spagetti	145,13	34,72	1,36	0,77	0,12	5,54	0,00	0,06	1,3	
	Reszelt trápista sajttal	442,26	0,00	7,86	7,98	5,08	0,51	0,51	0,60	7	
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	Szendvics csokis	267,79	64,07	2,48	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		
	Kápis paprikával	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
	Körte	83,07	19,87	0,15	0,11	0,00	4,50	0,00	0,00		
	Összesen:	4 222,77	904,45	36,31	55,08	17,27	88,55	2,61	5,65		