

Heti étlap 2026.02.02 - 2026.02.06.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kígyóborkával			Karamellás rizstej, Mézes, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Petrezselymes növényi túrókrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel			Rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Lencsekrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel		
		Energia: 189.07 Kcal / 790.31 KJ			Energia: 284.39 Kcal / 1,188.75 KJ			Energia: 31.83 Kcal / 133.05 KJ			Energia: 211.76 Kcal / 885.16 KJ			Energia: 133.47 Kcal / 557.90 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		4.51 g	15.66 g	4.53 g	0.15 g	15.28 g	3.96 g	0.18 g	0.26 g	0.00 g	0.13 g	15.92 g	4.03 g	0.89 g	10.57 g	2.85 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
7.30 g	6.78 g	0.87 g	35.80 g	30.35 g	0.20 g	7.08 g	6.71 g	0.49 g	16.09 g	8.03 g	0.20 g	8.56 g	6.69 g	0.25 g		
1			1			1			1			1				

Ebéd	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Zöldségleves[9], Sertéspörkölt[1], Kelkáposzta főzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez			Citromos almaleves[1,15], Rántott növényi sajt[1,3], Párolt rizzsel, Tartármártással[10,(12)]			BrokkolikréMLEVES[1], Pírtott kenyéRKOCKÁVAL[1], Toscan sertésragu, Növényi sajt szóráttal, Penne tésztával[1,3]			Alföldi gulyásleves, Vaníliás tejberizs, Kakaó szóráttal, Diétás pékáruval BL, ebédhez, Mandarin			Tojásleves[1,3], Növényi tejszínes-zöldséges halragu[1,4], Bulgurral [1]		
		Energia: 440.16 Kcal / 1,839.87 KJ			Energia: 443.61 Kcal / 1,854.29 KJ			Energia: 374.63 Kcal / 1,565.95 KJ			Energia: 689.64 Kcal / 2,882.70 KJ			Energia: 466.46 Kcal / 1,949.80 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		12.26 g	24.17 g	5.68 g	9.48 g	12.31 g	1.50 g	13.99 g	10.23 g	2.05 g	12.70 g	6.98 g	1.46 g	19.49 g	15.92 g	2.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
42.40 g	1.51 g	1.50 g	78.24 g	0.92 g	0.91 g	56.12 g	2.52 g	1.27 g	142.58 g	58.10 g	0.78 g	61.71 g	0.00 g	1.12 g		
1,9			9			1			1			1,3				

Uzsonna	5302 Tej és rozslisztmentes 4-6 éves	Vaníliás puding rizstejjel, Diétás pékáru BL[1]			Soproni felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			Vaníliás szív-TündérManna			Zala felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kígyóborkával			Gyümölcskrémleves, Diétás pékáru BL[1]		
		Energia: 28.78 Kcal / 120.30 KJ			Energia: 198.66 Kcal / 830.40 KJ			Energia: 221.05 Kcal / 923.99 KJ			Energia: 170.89 Kcal / 714.32 KJ			Energia: 31.92 Kcal / 133.43 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav
		0.06 g	0.30 g	0.04 g	3.05 g	20.22 g	6.09 g	0.84 g	5.10 g	1.50 g	3.00 g	17.21 g	5.12 g	0.67 g	0.01 g	0.01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
6.34 g	3.00 g	0.00 g	0.89 g	0.00 g	1.04 g	41.10 g	2.10 g	0.58 g	0.80 g	0.09 g	0.61 g	7.17 g	1.00 g	0.00 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-szulfid

15-nyers édesítőszer

Oldalak

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Danubia Kft.
2730 Albertirózsa, Pesti út 65.
Csoportos adószám: 17783408-5-13
Adószám: 262-5633-4-13

Élelmezésvezető



Táblázat #349 2026.01.26. - 2026.02.01.															
Cikkszám	Cikkszám	Cikkszám	Cikkszám	Cikkszám	Cikkszám	Cikkszám	Cikkszám	Cikkszám	Cikkszám	Cikkszám	Cikkszám	Cikkszám	Cikkszám		
12/2026	R	Almáté 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00					
		Zöldfűszerezés növényi	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32					
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
		T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00	0,00				
		Sertés párizsis	178,25	42,65	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46					
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
		Liga margarinál	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)				
		Csemegemézes	86,32	23,52	1,02	0,30	0,05	4,16	0,00	0,04	1,3				
12/2026	T	Sertésgyökér	417,99	100,00	11,08	4,23	1,49	4,27	0,00	0,16					
		Lenecsfűszerezéssel	911,18	217,99	12,42	5,86	0,56	28,68	0,00	0,14	1,10(12)				
		Dietés pékáru BL, ebédhez	432,30	103,42	0,60	0,15	0,02	24,51	1,50	0,02					
		U Vízkecske növényi sajttal	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00	1				
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
		Liga margarinál	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
		Kigyóborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01					
		Összesen:	6 474,81	1 549,05	53,74	88,99	27,08	131,71	10,94	4,25					
		12/2026	R	Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
				Vanília növényi túrókrém	68,09	16,29	0,03	0,39	0,00	3,12	3,02	0,00			
Dietés pékáru BL	2,86			0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112,45			26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00	0,00				
Csicskenőcskrém	372,50			89,12	0,84	8,55	2,28	2,10	0,00	0,23	10(12)				
Dietés 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	0,60	0,00	0,01	1				
E Bakonyi borsos	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	0,00	12(1)			
Összesen:	1 583,22			378,76	11,36	5,99	0,73	70,32	7,19	0,36	1,3				
12/2026	T	Paradicsommal	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00					
		Dietés pékáru 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					
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
		Almáté 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00					
		Fokhagymás-lejtos süte	745,96	177,55	9,23	14,33	4,54	2,94	0,00	0,58	1				
		Párolt rizs	1318,00	315,31	5,36	9,42	1,09	51,90	0,00	0,37					
		Paprika szósz	206,56	49,42	1,96	4,58	1,61	0,03	0,00	0,40					
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
		Liga margarinál	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
12/2026	R	Almáté 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00					
		Növényi szendvicssaláták	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32					
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
		T Tejkebabos	576,89	138,01	0,07	1,92	0,23	29,30	21,42	0,00					
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
		Liga margarinál	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
		E Pöréghagyma-kebabos	157,40	37,66	1,20	0,16	0,05	7,78	0,00	0,99	1				
		Pöréghagyma-kebabos	64,87	15,52	0,59	0,06	0,02	1,14	0,00	0,01	1				
		Rakott burgonya	2 005,36	294,22	20,81	20,37	7,18	51,78	0,00	1,03	0,00	3			
		U Mátrai diáskebabos	181,95	43,53	2,28	3,78	1,38	0,05	0,00	0,48					
12/2026	R	Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
		Liga margarinál	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					
		Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
		Gyógy tea	46,72	11,18	1,05	0,64	0,50	0,41	0,17	0,31	1(10)				
		Vegán saláták	4,72	1,13	0,04	0,02	0,00	0,22	0,00	0,04					
		P Csikmészkebab	161,06	38,53	0,69	0,12	0,03	8,55	6,00	0,81					
		Dietés pékáru BL	413,20	98,45	2,88	0,23	0,00	21,20	0,00	0,01					
		Liga margarinál	92,40	22,11	3,40	0,56	0,19	0,84	0,00	0,43					
		Összesen:	5 580,63	1 149,60	34,03	74,84	25,19	128,73	29,73	5,03					
12/2026	R	Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
		Bécsi felfogott	278,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84					
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
		Liga margarinál	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	0,00				
		Tonhalkebab	499,42	119,48	0,39	13,30	3,53	0,08	0,00	0,20	4				
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
		Kigyóborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01					
		E Szálvafélék	374,40	88,61	1,09	0,13	0,04	20,35	11,34	0,50	1(12)				
		Rakott sertéscsont	1 484,07	355,04	24,49	18,98	4,38	20,96	0,04	0,43	1,3				
12/2026	T	Tölt burgonya	1 050,20	261,46	17,15	10,86	1,17	0,15	0,00	0,00	0,00	0,15			
		Csemegé uborkával	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,06	1(12)				
		U fahéjas csiga-TündérManna	1 260,02	301,44	1,00	11,80	5,00	46,60	1,90	1,00					
		Almáté 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00					
		Növényi túró	98,21	23,17	5,28	8,89	1,36	33,39	6,37	0,66					
		Porcucorral	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00					
		Füstölt kolbász	122,56	29,32	1,55	2,54	0,96	0,03	0,00	0,28					
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
		Liga margarinál	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	0,60	0,00	0,01	1				
12/2026	R	Almáté 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,01	0,00					
		Zala felfogott	170,39	39,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40					
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
		Liga margarinál	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
		T Rizs	351,04	83,98	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00					
		Dietés pékáru BL	86,45	20,69	0,13	0,00	0,00	4,77	0,00	0,12	1(12)				
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
		Liga margarinál	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
		E Zöldfűszerezés	243,21	58,19	3,19	1,80	0,17	7,51	0,00	0,16					
		Bolognai spagetti	1 041,91	249,98	9,79	5,55	0,83	39,91	0,00	0,43	1,3				
13/2026	T	Növényi sajttal szorított	35,74	8,55	0,00	0,69	0,00	0,60	0,00	0,00					
		Alma	216,12	52,18	0,06	0,00	0,00	10,50	0,00	0,02					
		Szendvicssaláták	130,30	30,04	4,24	0,14	0,04	0,58	0,04	0,00	0,00				
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
		Liga margarinál	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
		Kávé paprikával	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00					
		Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
		Roston sült sertéscsont	508,27	121,60	10,50	8,69	1,97	0,00	0,00	0,78					
		Szilveszke fűszerezéssel	1 230,25	294,31	6,02	4,27	1,50	57,55	0,00	0,80					
		Fokhagymás felfogott	278,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84					
13/2026	R	Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
		Liga margarinál	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
		Kigyóborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01					
		Összesen:	7 084,81	1 694,98	46,98	100,16	25,94	148,13	17,40	5,01					
		13/2026	R	Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
				Zöldfűszerezés növényi	203,99	48,80	0,22	4,80	4,20	1,30	0,00	0,32			
				Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1		
				T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00	0,00		
				Ménes	139,49	33,37	0,00	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1		
				Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1		
Liga margarinál	531,22			127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20					
E Sertésgulyás	572,61			137,17	5,60	11,91	3,11	1,76	0,03	0,14					
Baracklevél	109,63			26,23	0,06	0,00	0,00	6,44	6,30	0,00	0,00	12(12)			
palacsinta	1 506,52			360,41	11,32	14,45	2,55	45,75	1,00	0,37	1				
13/2026	T	Vanília nudling puding	117,40	28,09	0,03	0,30	0,04	1,19	3,00	0,00					
		Dietés pékáru BL	2,86	0,69	0,03	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	1				
		Almáté 100%	38,79	9,28	0,10	0,10	0,02	2,21	2,						

Heti étlap 2026.02.02.- 2026.02.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(05392) Tej, alma-, padlizsán,majonéz M 4-6	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kígyóborkával	Karamellás rizstej, Mézes, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Petrezselymes növényi túrókrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel	Rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Lencsekrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllel
		Energia: 189.07 Kcal / 790.31 KJ	Energia: 284.39 Kcal / 1,188.75 KJ	Energia: 31.83 Kcal / 133.05 KJ	Energia: 211.76 Kcal / 885.16 KJ	Energia: 133.47 Kcal / 557.90 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		4.51 g15.66 g4.53 g	0.15 g15.28 g3.96 g	0.18 g0.26 g0.00 g	0.13 g15.92 g4.03 g	0.89 g10.57 g2.85 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		7.30 g6.78 g0.87 g	35.80 g30.35 g0.20 g	7.08 g6.71 g0.49 g	16.09 g8.03 g0.20 g	8.56 g6.69 g0.25 g
		1	1	1	1	1
Ebéd	(05392) Tej, alma-, padlizsán,majonéz M 4-6	Zöldségleves[9], Sertéspörkölt[1], Kelkáposzta főzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Meggyleves, Rántott növényi sajt[1,3], Párolt rizzsel, Tartármártással[10,(12)]	BrokkolikréMLEVES[1], Pirított kenyérkockával[1], Toscan sertésragu, Növényi sajt szorattal, Penne tésztaával[1,3]	Alföldi gulyásleves, Vaníliás tejberizs, Kakaó szorattal, Diétás pékáruval BL, ebédhez, Mandarin	Tojásleves[1,3], Növényi tejszínes-zöldséges halragu[1,4], Bulgurral [1]
		Energia: 440.16 Kcal / 1,839.87 KJ	Energia: 488.39 Kcal / 2,041.47 KJ	Energia: 374.63 Kcal / 1,565.95 KJ	Energia: 689.64 Kcal / 2,882.70 KJ	Energia: 466.46 Kcal / 1,949.80 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		12.26 g24.17 g5.68 g	8.94 g12.21 g1.48 g	13.99 g10.23 g2.05 g	12.70 g6.98 g1.46 g	19.49 g15.92 g2.30 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		42.40 g1.51 g1.50 g	84.68 g7.02 g1.05 g	56.12 g2.52 g1.27 g	142.58 g58.10 g0.78 g	61.71 g0.00 g1.12 g
		1,9	9	1	1	1,3
Uzsonna	(05392) Tej, alma-, padlizsán,majonéz M 4-6	Vaníliás puding rizstejjel, Diétás pékáru BL[1]	Soproni felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával	Vaníliás szív-TündérManna	Zala felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kígyóborkával	Gyümölcskrémleves, Diétás pékáru BL[1]
		Energia: 28.78 Kcal / 120.30 KJ	Energia: 198.66 Kcal / 830.40 KJ	Energia: 221.05 Kcal / 923.99 KJ	Energia: 170.89 Kcal / 714.32 KJ	Energia: 31.92 Kcal / 133.43 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0.06 g0.30 g0.04 g	3.05 g20.22 g6.09 g	0.84 g5.10 g1.50 g	3.00 g17.21 g5.12 g	0.67 g0.01 g0.01 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		6.34 g3.00 g0.00 g	0.89 g0.00 g1.04 g	41.10 g2.10 g0.58 g	0.80 g0.09 g0.61 g	7.17 g1.00 g0.00 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,laktóz
8-diófélék
9-zeller

10-mustár
11-szezám
12-kéndioxid-szulfid

13-csillagfürt
14-puhatestűek
15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér

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

Tételek elap: 2026.01.26. - 2026.02.01.											
Dátum	Étkezési tétel	Cheddar sajt (g)	Diétás pékáru (g)	Diétás pékáru BL (g)	Diétás pékáru BL (g)	Diétás pékáru BL (g)	Diétás pékáru BL (g)	Diétás pékáru BL (g)	Diétás pékáru BL (g)	Diétás pékáru BL (g)	Összesen
1/26/2026	Téj, alma, padlizsán, majonéz M 4-6 (05392)	T	Caipkebugyó 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	Caionleves	81,80	19,57	0,85	0,56	0,03	2,78	0,02	0,51 9,(1)
			Cérummetélttel	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
			Lencsésfőzelékkel	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	Violle 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)		Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20
			Összesen:	3 347,99	800,99	28,71	43,45	11,14	72,72	8,34	1,74
		T	Caipkebugyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00
			Caicserboroskrém	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
1/28/2026	Téj, alma, padlizsán, majonéz M 4-6 (05392)		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
		T	Tejeskáv rizstől	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	Párlás	157,40	37,66	1,20	0,16	0,05	7,78	0,00	0,99 1
			Párlás	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 diákszemle	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
1/29/2026	Téj, alma, padlizsán, majonéz M 4-6 (05392)		Összesen:	4 071,01	788,42	25,33	54,35	16,44	93,09	21,42	2,90
		T	Caipkebugyó tea citrom nélkül	112,45	26,90	0,00	0,00	0,00	6,69	6,69	0,00
			Tonhake	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	Szálaleves	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 burgonya	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
			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)		Összesen:	3 757,09	898,87	24,65	49,43	12,24	86,38	15,30	1,96
		T	Rizstől	35,104	8,398	0,06	1,92	0,23	15,86	8,03	0,00
			Szálaleves	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	9,67	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 szórattal	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
1/30/2026	Téj, alma, padlizsán, majonéz M 4-6 (05392)		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

 Tízórai	5572 Tej,tojás,rozsmment es 4-6 éves	hétfő	kedd			szerda			csütörtök			péntek				
		Csipkebogyó tea citrom nélkül, Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kígyóborkával			Karamellás rizstej, Mézes, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Petrezselymes növényi túrókrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllal			Rizstej, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Lencsekrémes, Diétás pékáru BL[1], Salátalevéllal		
		Energia: 189.07 Kcal / 790.31 KJ			Energia: 284.39 Kcal / 1,188.75 KJ			Energia: 31.83 Kcal / 133.05 KJ			Energia: 211.76 Kcal / 885.16 KJ			Energia: 133.47 Kcal / 557.90 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		4.51 g	15.66 g	4.53 g	0.15 g	15.28 g	3.96 g	0.18 g	0.26 g	0.00 g	0.13 g	15.92 g	4.03 g	0.89 g	10.57 g	2.85 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
7.30 g	6.78 g	0.87 g	35.80 g	30.35 g	0.20 g	7.08 g	6.71 g	0.49 g	16.09 g	8.03 g	0.20 g	8.56 g	6.69 g	0.25 g		
1			1			1			1			1				
Ebéd	5572 Tej,tojás,rozsmment es 4-6 éves	Zöldségleves[9], Sertéspörkölt[1], Kelkáposzta főzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Citromos almaleves[1,15], Rántott növényi sajt, Párolt rizszel, Tartármártással[10,(12)]			BrokkolikréMLEVES[1], PíRított kenyérkockával[1], Toscan sertésragu, Növényi sajt szóráttal, Főtt tészttáVAL			Alföldi gulyásleves, Vaníliás tejberizs, Kakaó szóráttal, Diétás pékáruval BL, ebédhez, Mandarin			Rántott leves, PíRított kenyérkockával[1], Növényi tejszínes-zöldséges halragu[1,4], Bulgurral [1]				
		Energia: 440.16 Kcal / 1,839.87 KJ			Energia: 387.75 Kcal / 1,620.80 KJ			Energia: 363.39 Kcal / 1,518.97 KJ			Energia: 689.64 Kcal / 2,882.70 KJ			Energia: 486.38 Kcal / 2,033.07 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12.26 g	24.17 g	5.68 g	6.89 g	11.64 g	1.34 g	6.50 g	10.14 g	1.64 g	12.70 g	6.98 g	1.46 g	19.22 g	16.95 g	2.33 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		42.40 g	1.51 g	1.50 g	68.36 g	0.92 g	0.61 g	60.56 g	5.40 g	1.01 g	142.58 g	58.10 g	0.78 g	64.62 g	0.00 g	1.10 g
1,9			9			1			1			1				
Uzsonna	5572 Tej,tojás,rozsmment es 4-6 éves	Vaníliás puding rizstejjel, Diétás pékáru BL[1]	Soproni felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Paprikával			Vaníliás szív-TündérManna			Zala felvágottas, Diétás pékáru BL[1], Liga margarinnal, Kígyóborkával			Gyümölcskrémmel, Diétás pékáru BL[1]				
		Energia: 28.78 Kcal / 120.30 KJ			Energia: 198.66 Kcal / 830.40 KJ			Energia: 221.05 Kcal / 923.99 KJ			Energia: 170.89 Kcal / 714.32 KJ			Energia: 31.92 Kcal / 133.43 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.06 g	0.30 g	0.04 g	3.05 g	20.22 g	6.09 g	0.84 g	5.10 g	1.50 g	3.00 g	17.21 g	5.12 g	0.67 g	0.01 g	0.01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		6.34 g	3.00 g	0.00 g	0.89 g	0.00 g	1.04 g	41.10 g	2.10 g	0.58 g	0.80 g	0.09 g	0.61 g	7.17 g	1.00 g	0.00 g
1			1			1			1			1				

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

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

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Danubia Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Csoporthoz adószám: 17783408-5-13
Adószám: 26219833-4-13
Élelmezésvezető

Tervezési táblázat 2025.01.25. - 2025.02.01.														
	Ország	Terület	Érték	Átlag	Min	Max	Átlag	Min	Max	Átlag	Min	Max		
	(kg)	(kg)	(kg)	(kg)	(kg)	(kg)	(kg)	(kg)	(kg)	(kg)	(kg)	(kg)		
1/26/2026	R	Almáké 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00				
		Zöldfűszere növényi	203.99	48.80	0.22	4.80	4.20	1.30	0.00	0.32				
		Dietés pékáru BL	2.86	0.69	0.03	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00	1			
		T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112.45	26.90	0.00	0.00	0.00	6.69	6.69	0.00				
		Sertés párizsis	178.25	42.65	2.38	3.64	1.38	0.04	0.00	0.46				
		Dietés 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				
		Jégcsaptekével	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	(9,11)			
		Levesbetét	87.30	20.89	0.24	0.12	0.01	4.62	0.30	0.01				
		Sertéskarólt	417.99	100.00	11.98	4.23	1.49	4.27	0.00	0.16				
		Lenőcsőzélékkel	911.18	217.99	12.42	5.86	0.56	28.88	0.00	1.14	1.10,(12)			
		Dietés pékáru BL, ebédhez	432.30	103.42	0.60	0.15	0.02	24.51	0.15	0.02				
		U Védővíz növényi sajt szettrel	35.74	8.55	0.00	0.69	0.00	0.60	0.00	0.00				
		1/27/2026	R	Dietés 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				
Vadász sertésragu	776.49			186.27	9.43	14.19	4.52	4.81	0.50	0.64	1.9,10,(12)			
Főtt testvér	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				
Dietés pékáru BL	2.86			0.69	0.03	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00	1			
Liga margarinnal	531.22			127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.00	0.20				
Kigyóborkával	9.83			2.35	0.20	0.02	0.15	0.34	0.09	0.01				
Osszesen:	6 172.54			1476.75	43.02	87.70	26.63	126.63	14.12	3.86				
1/27/2026	R			Ásványvíz	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
				Vanília növényi túrókrém	68.09	16.29	0.03	0.39	0.00	3.12	3.02	0.00		
				Dietés pékáru BL	2.86	0.69	0.03	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00	1	
				T Csipkebogyó tea citrom nélkül	112.45	26.90	0.00	0.00	0.00	6.69	6.69	0.00		
				Csicskeborsókrém	372.50	89.12	0.84	8.55	2.28	2.10	0.00	0.23	10,(12)	
		Dietés pékáru BL	2.86	0.69	0.03	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00	1			
		Paradisommal	18.31	4.38	0.20	0.04	0.01	0.80	0.00	0.01				
		E Bakonyi betyárgulyás	581.21	136.05	5.73	10.01	2.79	61.39	8.11	1.15				
		Baracklevél	109.63	26.21	0.06	0.00	0.00	4.44	0.33	0.00	(12)			
		Gríztesztá edén	1375.88	329.16	5.01	4.78	0.48	65.49	2.88	0.17	1			
		Porcukorral	167.83	40.15	0.00	0.00	0.00	9.99	9.99	0.00				
		Dietés pékáru BL, ebédhez	432.30	103.42	0.60	0.15	0.02	24.51	0.15	0.02				
		U Cheddar sajtos növényi	303.99	48.80	0.22	4.80	4.20	1.30	0.00	0.32				
		Dietés pékáru BL	2.86	0.69	0.03	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00	1			
		1/28/2026	R	Almáké 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00		
Fokhagyma-tejforrás sertésragu	745.96			177.55	9.23	14.33	4.54	2.94	0.00	0.58	1			
Párolt rizzsel	1 318.00			315.31	5.36	9.42	1.09	51.90	0.00	0.37				
P Paprikás szármás	206.56			49.42	1.96	4.58	1.61	0.03	0.00	0.40				
Dietés 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				
Osszesen:	6 310.54			1 508.83	29.74	71.21	20.84	185.11	32.40	3.45				
1/28/2026	R			Almáké 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		
				Dietés pékáru BL	2.86	0.69	0.03	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00	1	
				T Tejeskávé rizstejből	576.89	138.01	0.07	1.92	0.23	29.30	21.42	0.00		
				Dietés 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 Pörékhagyma-krémleves	104.40	37.66	0.20	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				
		Rakott burgonya TTOGM	2 585.67	618.58	17.80	26.47	7.10	75.08	4.00	2.21				
		U Mátrai diáskenyér	181.95	43.53	2.28	3.78	1.36	0.05	0.00	0.48				
		Dietés 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 tal	46.72	11.18	1.05	0.64	0.50	0.41	0.17	0.31	(11,10)			
Vegánisós öntettel	4.72	1.13	0.04	0.02	0.00	0.22	0.00	0.04						
1/29/2026	R	Almáké 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				
		Dietés pékáru BL	2.86	0.69	0.03	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00	1			
		T Tejeskávé rizstejből	576.89	138.01	0.07	1.92	0.23	29.30	21.42	0.00				
		Dietés 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 Pörékhagyma-krémleves	104.40	37.66	0.20	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				
		Rakott burgonya TTOGM	2 585.67	618.58	17.80	26.47	7.10	75.08	4.00	2.21				
		U Mátrai diáskenyér	181.95	43.53	2.28	3.78	1.36	0.05	0.00	0.48				
		Dietés 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				
		Jégcsaptekével	11.80	2.83	0.22	0.02	0.01	0.53	0.13	0.01				
		Osszesen:	6 160.94	1 473.96	31.02	80.94	25.11	152.05	33.73	6.21				
		1/29/2026	R	Almáké 100%	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				
Dietés 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				
Tonhakekrem	499.42			119.48	0.39	13.00	3.53	0.08	0.00	0.20	4			
Dietés pékáru BL	2.86			0.69	0.03	0.00	0.00	0.15	0.00	0.00	1			
Kigyóborkával	9.83			2.35	0.20	0.02	0.15	0.34	0.09	0.01				
E Szilvaleves	370.40			86.61	1.09	0.13	0.04	20.35	11.34	0.00	1.12			
Rántott sertésszelettel	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 Sajtújs csiga-TunderManna	1 260.02			301.44	11.00	11.60	5.00	46.80	1.90	1.00				
Alma	38.79			9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00				
Növényi túróborsó tojásleves	1 056.30			252.70	6.45	8.79	1.28	36.56	3.87	0.87	1			
1/30/2026	R	Almáké 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00				
		Lízis felvágottas	270.39	40.76	2.73	3.19	1.17	0.23	0.00	0.40				
		Dietés 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 Rízsztej	351.04	83.98	0.06	1.92	0.23	15.86	8.03	0.00				
		Szilvalekváros	86.46	20.69	0.13	0.00	0.00	4.91	4.77	0.01	(12)			
		Dietés 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				
		P Füstölt kolbász	122.56	29.32	1.55	2.54	0.96	0.03	0.00	0.28				
		Dietés 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				
		Paradisommal	18.31	4.38	0.20	0.04	0.01	0.80	0.00	0.01				
		Osszesen:	7 390.28	1 768.03	40.36	100.43	27.11	171.33	38.39	5.91				
		1/30/2026	R	Almáké 100%	38.79	9.28	0.10	0.10	0.02	2.21	2.01	0.00		
				Lízis felvágottas	270.39	40.76	2.73	3.19	1.17	0.23	0.00	0.40		
Dietés 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 Rízsztej	351.04			83.98	0.06	1.92	0.23	15.86	8.03	0.00				
Szilvalekváros	86.46			20.69	0.13	0.00	0.00	4.91	4.77	0.01	(12)			
Dietés 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				
P Füstölt kolbász	122.56			29.32	1.55	2.54	0.96	0.03	0.00	0.28				
Dietés 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				
Paradisommal	18.31			4.38	0.20	0.04	0.01	0.80	0.00	0.01				
Osszesen:	7 029.54			1 681.78	39.49	99.77	25.66	152.57	20.28	4.67				

Heti étlap 2026.02.02.- 2026.02.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(05802) GM,TM,OM,hal,citr ,ep,man 4-6	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Kíváúuborkával	Karamellás rizstej, Mézes, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Petrezselymes növényi túrókrémes, Gluténmentes pékáru, Salátalevéllel	Rizstej, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal	Csipkebogyó tea citrom nélkül, Lencsekrémes, Gluténmentes pékáru, Salátalevéllel
		Energia: 334.38 Kcal / 1,397.71 KJ	Energia: 429.70 Kcal / 1,796.15 KJ	Energia: 177.14 Kcal / 740.45 KJ	Energia: 357.07 Kcal / 1,492.55 KJ	Energia: 278.78 Kcal / 1,165.30 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		8.12 g 16.66 g 4.73 g	3.76 g 16.28 g 4.16 g	3.79 g 1.26 g 0.20 g	3.74 g 16.92 g 4.23 g	4.50 g 11.57 g 3.05 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	Zöldségleves[9], Sertéspörkölt, Kelkáposzta főzelékkel, GM pékáruval, ebédhez	Citromos almaleves, Rántott sajt, Párolt rizszel, Tartármártással[10,(12)]	BrokkolikréMLEVES, Biosaurus , Toscan sertésragu, Növényi sajt szórattal, Főtt tésztával	Alföldi gulyásleves, Vaníliás tejberizs, Fahéjas porcukorral, GM pékáruval, ebédhez, Alma	Köménymagos leves, Növényi tejszínes-zöldséges csirkeragu, Kölessel
		Energia: 339.14 Kcal / 1,417.61 KJ	Energia: 474.81 Kcal / 1,984.71 KJ	Energia: 388.77 Kcal / 1,625.06 KJ	Energia: 591.78 Kcal / 2,473.64 KJ	Energia: 428.74 Kcal / 1,792.13 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		12.42 g 18.36 g 3.08 g	7.63 g 13.42 g 1.53 g	6.18 g 13.16 g 2.09 g	11.61 g 7.15 g 1.39 g	20.57 g 14.18 g 2.06 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	Vaníliás puding rizstejjel, Gluténmentes pékáru	Soproni felvágottas, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával	Vaníliás szív-TündérManna	Zala felvágottas, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Kíváúuborkával	Gyümölcskrémleves, Gluténmentes pékáru
		Energia: 174.09 Kcal / 727.70 KJ	Energia: 343.97 Kcal / 1,437.79 KJ	Energia: 221.05 Kcal / 923.99 KJ	Energia: 316.20 Kcal / 1,321.72 KJ	Energia: 177.23 Kcal / 740.82 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		3.67 g 1.30 g 0.24 g	6.66 g 21.22 g 6.29 g	0.84 g 5.10 g 1.50 g	6.61 g 18.21 g 5.32 g	4.28 g 1.01 g 0.21 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 Albertfalva, Pesti út 65.
 Csoportos adózás: 17783408-5-11
 Adószám: 26215633-4-13
 Élelmiszevezető

Heti étlap 2026.02.02 - 2026.02.06.

 Tízórai	(05902) Gluténmentes4-6	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Csipkebogyó tea citrom nélkül, Szendvics sonkás, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Kígyóborkával			Karamellás tej[7], Mézes, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Petrezselymes túrókrémes[7], Gluténmentes pékáru, Salátalevéllal			Tehéntej 1,5%[7], Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal			Csipkebogyó tea citrom nélkül, Lencsekrémes, Gluténmentes pékáru, Salátalevéllal		
		Energia: 334.38 Kcal / 1,397.71 KJ			Energia: 471.26 Kcal / 1,969.87 KJ			Energia: 229.83 Kcal / 960.69 KJ			Energia: 370.64 Kcal / 1,549.28 KJ			Energia: 278.78 Kcal / 1,165.30 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		8.12 g	16.66 g	4.73 g	10.55 g	18.02 g	5.63 g	8.87 g	4.21 g	1.96 g	10.51 g	18.02 g	5.63 g	4.50 g	11.57 g	3.05 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		34.65 g	7.18 g	1.22 g	63.23 g	25.40 g	0.82 g	35.82 g	7.09 g	0.87 g	38.23 g	0.40 g	0.82 g	35.91 g	7.09 g	0.60 g
7			7			7			7							

Ebéd	(05902) Gluténmentes4-6	Zöldségleves[9], Sertéspörkölt, Kelkáposzta főzelékkel, GM pékáruval, ebédhez			Citromos almaleves[7,15], Rántott sajt MIMEN[7], Párolt rizssel, Tartármártással[7,10,(12)]			BrokkolikréMLEVES[7], Kölesgolyóval, Toscan csirkeragu, Reszelt trapista sajttal[7], Főtt tésztával			Alföldi gulyásleves, Vaníliás tejberizs[7], Fahéjas porcukorral, GM pékáruval, ebédhez, Mandarin			Tojásleves[3], Tejszínes-zöldséges halragu[4], Kölessel		
		Energia: 386.30 Kcal / 1,614.73 KJ			Energia: 410.95 Kcal / 1,717.77 KJ			Energia: 370.79 Kcal / 1,549.90 KJ			Energia: 590.14 Kcal / 2,466.79 KJ			Energia: 443.89 Kcal / 1,855.46 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		13.69 g	18.62 g	3.13 g	13.52 g	20.43 g	7.06 g	14.87 g	18.51 g	7.11 g	16.49 g	7.63 g	2.37 g	16.68 g	17.37 g	2.77 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		40.00 g	1.50 g	0.47 g	69.65 g	4.95 g	1.13 g	62.07 g	6.04 g	1.62 g	112.29 g	27.45 g	0.93 g	51.33 g	0.00 g	2.16 g
		7			9			7			7			3,7,(1)		

Uzsonna	(05902) Gluténmentes4-6	Vaníliás puding, Gluténmentes pékáru			Soproni felvágottas, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Paprikával			Vaníliás szív-TündérManna			Zala felvágottas, Gluténmentes pékáru, Liga margarinnal, Kígyóborkával			Házi gyümölcsjoghurt [7], Gluténmentes pékáru		
		Energia: 303.75 Kcal / 1,269.68 KJ			Energia: 343.97 Kcal / 1,437.79 KJ			Energia: 221.05 Kcal / 923.99 KJ			Energia: 316.20 Kcal / 1,321.72 KJ			Energia: 382.06 Kcal / 1,597.01 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		8.11 g	6.28 g	3.11 g	6.66 g	21.22 g	6.29 g	0.84 g	5.10 g	1.50 g	6.61 g	18.21 g	5.32 g	10.59 g	8.20 g	4.11 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		50.42 g	18.60 g	0.45 g	28.24 g	0.40 g	1.39 g	41.10 g	2.10 g	0.58 g	28.15 g	0.49 g	0.96 g	63.04 g	26.74 g	0.95 g
					7						7			7		

Az étlapváltoztatás iogát 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-mesterygts édesítőszer

Heti étlap 2026.02.02. - 2026.02.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Kígyóuborkával, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Petrezselymes túrókrém [7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Salátalevéllal, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Bécsi felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1], Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Füstölt lencsekrém [7,10,(1,3,6,11,12)], Diétás pékáru BL DIAB [1], Salátalevéllal, Alma
		Energia: 303.23 Kcal / 1,267.50 KJ	Energia: 276.07 Kcal / 1,153.97 KJ	Energia: 162.21 Kcal / 678.04 KJ	Energia: 368.38 Kcal / 1,539.83 KJ	Energia: 234.54 Kcal / 980.38 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		11.66 g 18.20 g 5.27 g	9.48 g 15.99 g 4.19 g	7.91 g 4.09 g 1.78 g	8.26 g 27.20 g 8.40 g	4.63 g 13.03 g 5.83 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	Zöldséglevés [7,9], Sertéspörkölt[1], Kelkáposzta főzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Citromos almaleves[1,7,15], Rántott sajt MIMEN[7], Párolt barna rizsszel, Tartármártással[3,7,10,(1,2,11)]	Brokkolikrémleves, Kölesgolyóval, Toscan csirkeragu [15], Penne tésztával[1,3], Reszelt trapista sajttal[7]	Álföldi gulyásleves, Kölesfelfűjt[3,7,15], Vanília sodóval[1,7,15], Mandarin	Tojásleves[1,3], RosszTejszínes-zöldséges halragu[1,4,7], Bulgurral [1]
		Energia: 361.82 Kcal / 1,512.41 KJ	Energia: 763.05 Kcal / 3,189.55 KJ	Energia: 291.36 Kcal / 1,217.88 KJ	Energia: 278.31 Kcal / 1,163.34 KJ	Energia: 277.91 Kcal / 1,161.66 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		10.10 g 19.65 g 4.90 g	10.18 g 72.20 g 14.12 g	19.42 g 19.21 g 7.10 g	15.29 g 8.17 g 2.50 g	13.36 g 9.63 g 1.80 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(06361) Diab. 10-10-35-5 g CH TT-E-U	Vaníliás puding diabRIZSTEJ[15], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Soproni felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával	Paprikás szalámis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Zala felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Kígyóuborkával	Házi gyümölcsjoghurt[7,15], Diétás pékáru BL DIAB [1]
		Energia: 34.37 Kcal / 143.67 KJ	Energia: 294.88 Kcal / 1,232.60 KJ	Energia: 251.95 Kcal / 1,053.15 KJ	Energia: 239.34 Kcal / 1,000.44 KJ	Energia: 83.37 Kcal / 348.49 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		1.03 g 0.25 g 0.02 g	7.02 g 26.57 g 8.39 g	4.98 g 23.29 g 7.03 g	6.92 g 20.55 g 6.44 g	4.02 g 3.34 g 1.76 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.
 Cégadatok adószám: 17783408-5-15
 Adószám: 26215833-4-13
 Élelmezésvezető



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	Étkezési rész
12/2/2026	08:00	T	Csajkebabgyő tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15
			Sertés párizsai	36,50	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)
			Cémmetettlél	16,39	3,52	0,17	0,05	0,01	0,69	0,00	0,01	1,3
			Sertésörkölt	972,13	232,57	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 sajttal	621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97	7
12/7/2026	08:00	T	Csajkebabgyő tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15
			Csajkebabgyő tea édesítőszerrel	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	5,77	1,49	6,56	0,00	0,34	1,7
			Turkó	350,35	85,97	9,72	4,20	2,29	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 körűsített 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
1/3/2026	08:00	T	Csajkebabgyő tea édesítőszerrel	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-krémléves	415,46	99,39	2,24	4,86	1,17	11,56	0,01	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	9,09	11,37	5,01	22,05	0,00	0,28	7
			Mátrai diákcsemegés	363,89	87,05	4,56	7,56	2,72	0,09	0,00	0,55	
			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:	3 400,60	730,04	19,44	52,96	16,54	62,89	0,04	4,02	
1/3/2026	08:00	T	Csajkebabgyő 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	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	
			Szálvaléves DIAB	98,23	23,50	0,24	0,03	0,01	5,34	0,00	0,30	7,15,(1)
			Rántott sertészelet	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	
			Csajkebabgyő tea édesítőszerrel	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,80	0,00	2,40	15,(12)
			Soproni levágottas	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	
1/3/2026	08:00	T	Csajkebabgyő tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15
			Diabétes szálvalékáras	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	583,92	139,70	6,42	9,69	2,96	5,78	2,09	0,36	9,(1),(3),(6),(7),(12)
			spagetti	435,38	104,16	4,08	2,31	0,35	16,63	0,00	0,17	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 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	
			Kápi 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 2026.02.02. - 2026.02.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	(06362) Diab. 20-20-15 g CH	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Kígyóborkával	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Petrezselymes túrókrémes[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Salátalevéllal	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Bécsi felvágottas , Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1]	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Füstölt lencsekrémes[7,10,(1,3,6,11,12)], Diétás pékáru BL DIAB [1], Salátalevéllal
		Energia: 318.16 Kcal / 1,329.91 KJ	Energia: 287.80 Kcal / 1,203.00 KJ	Energia: 173.94 Kcal / 727.07 KJ	Energia: 383.31 Kcal / 1,602.24 KJ	Energia: 239.88 Kcal / 1,002.70 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		13.69 g 17.95 g 5.29 g	11.38 g 15.72 g 4.21 g	9.81 g 3.82 g 1.80 g	10.29 g 26.95 g 8.42 g	6.29 g 12.73 g 5.86 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		24.98 g 0.18 g 1.59 g	24.75 g 0.01 g 1.12 g	24.68 g 0.01 g 0.59 g	24.34 g 0.01 g 1.95 g	24.80 g 0.01 g 0.66 g
		1,15	1,7,15	1,7,15	1,15	1,15
Ebéd	(06362) Diab. 20-20-15 g CH	Zöldségleves [7,9], Sertéspörkölt[1], Kelkáposzta főzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Citromos almaleves[1,7,15], Rántott sajt MIMEN[7], Párolt barna rizzsel, Tartármártással[3,7,10,(1,12)]	BrokkolikréMLEVES, Kölesgolyóval, Toscan csirkeragu [15], Penne tésztával[1,3], Reszelt trapišta sajtjal[7]	Alföldi gulyásleves, Kölesfelfűjt[3,7,15], Vanília sodóval[1,7,15], Mandarin	Tojásleves[1,3], RosszTejszínes-zöldséges halragu[1,4,7], Bulgurral [1]
		Energia: 483.69 Kcal / 2,021.82 KJ	Energia: 715.85 Kcal / 2,992.25 KJ	Energia: 278.68 Kcal / 1,164.88 KJ	Energia: 263.20 Kcal / 1,100.18 KJ	Energia: 302.89 Kcal / 1,266.08 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		15.88 g 32.46 g 8.07 g	13.83 g 74.24 g 16.69 g	18.94 g 20.62 g 7.95 g	15.62 g 8.27 g 2.52 g	16.36 g 12.15 g 2.39 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		31.23 g 0.35 g 1.84 g	31.38 g 1.60 g 1.63 g	30.97 g 0.66 g 2.33 g	31.02 g 0.00 g 0.35 g	29.23 g 0.00 g 0.86 g
		1,7,9,(10)	9,15	1,3,9	1,15	3,7,15
Uzsonna	(06362) Diab. 20-20-15 g CH	Vaníliás puding diabRIZSTEJ[15], Diétás pékáru BL DIAB [1]	Soproni felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával	Paprikás szalámis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal	Zala felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Kígyóborkával	Házi gyümölcsjoghurt[7,15], Diétás pékáru BL DIAB[1]
		Energia: 125.24 Kcal / 523.50 KJ	Energia: 384.83 Kcal / 1,608.59 KJ	Energia: 347.70 Kcal / 1,453.39 KJ	Energia: 329.29 Kcal / 1,376.43 KJ	Energia: 196.34 Kcal / 820.70 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		4.12 g 0.84 g 0.08 g	10.54 g 27.04 g 8.42 g	8.73 g 23.79 g 7.06 g	10.44 g 21.02 g 6.47 g	9.21 g 6.84 g 3.54 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		25.06 g 1.20 g 0.06 g	24.37 g 0.00 g 1.95 g	24.26 g 0.00 g 1.07 g	24.19 g 0.17 g 1.08 g	24.18 g 0.00 g 0.58 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-tejtermi	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.
 Gyorsas adószám: 17783408-5-11
 Adószám: 26215833-4-13
Élelmezésvezető



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	Étkezési rész
1/26/2026	08:00	T	Diab. 20-20-15 g CH	Caipkebugyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00 15
				Sertés pörkölt	366,50	85,29	4,76	7,28	2,75	0,08	0,00	0,91
				Diétás pékáru BL DIAB	494,78	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
				Csontleves	163,59	39,14	1,70	1,11	0,05	5,56	0,04	1,02 9,(1)
				Cérummellettel	131,10	31,36	1,36	0,40	0,07	5,54	0,00	0,06 1,3
				Szendvicssalátával	128,16	31,09	15,60	23,15	7,30	9,51	0,02	0,54 1
				Lenecselőzettel	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	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
1/27/2026	08:00	T	Diab. 20-20-15 g CH	Caipkebugyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00 15
				Csicszerborsókrém	564,56	135,06	2,02	12,23	5,80	4,05	0,00	0,21 7,(10),(12)
				Diétás pékáru BL DIAB	412,06	98,58	3,85	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
				Bakonyi bityárgyalás	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
				Tajfogás	535,08	128,01	2,80	11,00	6,18	4,30	0,00	0,14 7
				Teljes körűsítő főtt káposztával	165,71	39,64	1,47	1,70	0,10	6,10	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
				Natúr kockasajttal	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
				Összesen:	4 036,05	965,57	43,01	52,97	24,49	79,92	0,33	2,73
1/28/2026	08:00	T	Diab. 20-20-15 g CH	Caipkebugyó tea édesítőszerrel	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 1
				Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20
				Pálinka-krémleves	593,51	141,99	3,20	6,94	1,67	16,51	0,01	3,33 1,7,(3),(6),(12)
				Kölesgöngyöl	148,10	35,43	1,30	0,34	0,07	8,00	0,21	0,00
				Rakott burgonya	209,49	31,57	1,80	2,53	1,11	4,90	0,00	0,06 7
				Mátrai diákszemle	363,89	87,05	4,56	7,56	2,72	0,09	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
				Összesen:	3 430,40	802,14	20,95	46,75	13,25	79,12	0,23	4,89
1/29/2026	08:00	T	Diab. 20-20-15 g CH	Caipkebugyó tea citrom nélkül	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00
				Tomhagymás	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	284,93	68,17	2,66	0,35	0,02	13,50	0,00	0,04 1
				Kéregcsokoládéval	19,66	4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	0,17	0,01
				Szálvaléves	229,19	54,83	0,57	0,08	0,03	12,46	0,00	0,69 7,15,(1)
				Rántott sertésszelet	1 140,79	272,92	19,87	16,16	3,65	11,54	0,00	0,35
				Töltött burgonyával	97,99	23,44	0,63	0,05	0,01	5,00	0,00	0,15
				Csemegés 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	484,78	115,98	4,54	0,60	0,04	22,97	0,00	0,07 1
				Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20
				Összesen:	4 288,48	1 025,97	36,36	61,25	19,24	80,38	10,96	5,63
1/30/2026	08:00	T	Diab. 20-20-15 g CH	Caipkebugyó tea édesítőszerrel	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00 15
				Diabétesz szálvaléves	87,79	21,00	0,26	0,02	0,00	4,77	0,00	0,02 15
				Diétás pékáru BL DIAB	436,30	104,38	4,09	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
				Zöldborsóleves	311,59	74,55	3,27	2,75	0,30	8,84	0,00	2,76
				Bolognai	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 trappista 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
				Szendvicssalátával	267,79	64,07	8,48	3,28	1,15	0,08	0,00	1,31
				Diétás pékáru BL DIAB	484,78	115,98	4,54	0,60	0,04	22,97	0,00	0,07 1
				Liga margarinnal	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20
				Káposztapaprikával	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00
				Összesen:	4 075,05	869,12	37,44	54,35	17,29	81,04	2,61	5,66

Heti étlap 2026.02.02 - 2026.02.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 eatrend Tízórai	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Szendvics sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Kígyóborkával, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Álom sonkás, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Petrezselymes túrókrém[7], Diétás pékáru BL DIAB [1], Salátalevéllal, Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Bécsi felvágottas, Liga margarinnal, Diétás pékáru BL DIAB [1], Alma	Csipkebogyó tea édesítőszerrel[15], Füstölt lencsekrém[7,10,(1,3,6,11,12)], Diétás pékáru BL DIAB [1], Salátalevéllal, Alma
		Energia: 396.43 Kcal / 1,657.08 KJ	Energia: 366.07 Kcal / 1,530.17 KJ	Energia: 252.21 Kcal / 1,054.24 KJ	Energia: 461.58 Kcal / 1,929.40 KJ	Energia: 318.15 Kcal / 1,329.87 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		14.59 g18.85 g5.29 g	12.28 g16.62 g4.21 g	10.71 g4.72 g1.80 g	11.19 g27.85 g8.42 g	7.19 g13.63 g5.86 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		40.73 g0.18 g1.62 g	40.50 g0.01 g1.15 g	40.43 g0.01 g0.62 g	40.09 g0.01 g1.98 g	40.55 g0.01 g0.69 g
		1,15	1,7,15	1,7,15	1,15	1,15
Ebéd	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	Zöldségleves [7,9], Sertéspörkölt[1], Kelkáposzta főzelékkel[1], Diétás pékáruval BL, ebédhez	Citromos almaleves[1,7,15], Rántott sajt MIMEN[7], Párolt barna rizszel, Tartármártással[3,7,10,(1,12)]	Brokkolikrémléves, Kölesgolyóval, Toscan csirkeragu [15], Penne tésztával[1,3], Reszelt trapista sajttal[7]	Alföldi gulyásleves, Kölesfelfújt[3,7,15], Vanília sodóval[1,7,15], Mandarin	Tojásleves[1,3], RosszTejszínes-zöldséges halragu[1,4,7], Bulgurral [1]
		Energia: 273.03 Kcal / 1,141.27 KJ	Energia: 726.00 Kcal / 3,034.68 KJ	Energia: 272.45 Kcal / 1,138.84 KJ	Energia: 262.44 Kcal / 1,097.00 KJ	Energia: 436.48 Kcal / 1,824.49 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		7.44 g13.35 g3.43 g	10.15 g71.21 g14.47 g	18.73 g20.95 g8.11 g	14.50 g7.61 g2.35 g	25.04 g19.28 g3.85 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		30.17 g1.22 g0.74 g	32.71 g1.34 g1.37 g	28.39 g0.57 g2.49 g	33.28 g0.00 g0.31 g	35.07 g0.00 g1.42 g
		1,7,9,(10)	9,15	1,3,9	1,15	3,7,15
Uzsonna	(06381) Diab. (20-15-30-10-5 gr CH)-TTEUU	Vaníliás puding diabRIZSTEJ[15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Körte	Soproni felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Paprikával, Körte	Paprikás szalámis, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Körte	Zala felvágottas, Diétás pékáru BL DIAB [1], Liga margarinnal, Kígyóborkával, Körte	Házi gyümölcsjoghurt[7,15], Diétás pékáru BL DIAB [1], Körte
		Energia: 76.22 Kcal / 318.60 KJ	Energia: 352.71 Kcal / 1,474.33 KJ	Energia: 312.38 Kcal / 1,305.75 KJ	Energia: 297.17 Kcal / 1,242.17 KJ	Energia: 118.27 Kcal / 494.37 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		1.34 g0.52 g0.03 g	8.28 g26.89 g8.40 g	6.34 g23.62 g7.04 g	8.18 g20.87 g6.45 g	4.22 g2.95 g1.41 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		16.36 g0.60 g0.03 g	18.92 g0.00 g1.91 g	18.17 g0.00 g1.03 g	18.74 g0.17 g1.04 g	18.44 g0.00 g0.23 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.
 Gyártási engedélyszám: 17783408-5-10
 Adószám: 26215833-4-13
Élelmiszervezető

Táplálék naplózás 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)	Alkohol (g)	Alkohol (g)
1/26/2026	T Csipkebogyó tea édesítőszerezni Diétás pékáru BL DIAB Liga margarinnal Jégcsapretekkel Alma Csontleves Cémmellettől Sertésszörpököl Lencsefőzelékkel Diétás pékáruval BL, ebédhez U Trápiás sajt szelettel Diétás pékáru BL DIAB Liga margarinnal Körte Összesen:	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15		
		366,50	85,29	4,76	7,28	2,75	0,08	0,00	0,91			
		484,78	115,98	4,54	0,60	0,04	22,97	0,00	0,07	1		
		531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
		23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,26	0,02			
		327,18	78,27	0,90	0,90	0,00	15,75	0,00	0,03			
		163,59	39,14	1,70	1,11	0,05	5,96	0,04	1,02	9,(1)		
		131,10	31,36	1,36	0,40	0,07	5,54	0,00	0,06	1,3		
		1296,18	310,09	15,60	23,15	7,30	9,51	0,02	0,54	1		
		155,41	37,18	2,19	0,95	0,09	4,94	0,00	0,01	10,(12)		
		86,46	20,68	0,12	0,03	0,00	4,90	0,30	0,00			
		621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97	7		
		217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1		
		531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
		83,07	19,87	0,15	0,11	0,00	4,50	0,00	0,00			
1/27/2026	T Csipkebogyó tea édesítőszerezni Csicseriborsókrém Diétás pékáru BL DIAB Paradicsommal Alma E Bakonyi bogyógyűjlesztés Túrós Teflot Teljes körűsítő főtt készletével U Diétás pékáruval BL, ebédhez Natur kocsalattal Diétás pékáru BL DIAB Körte Összesen:	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15		
		564,56	135,06	2,02	12,23	5,80	4,05	0,00	0,21	7,10,(12)		
		387,82	92,78	3,63	0,48	0,03	18,38	0,00	0,06	1		
		36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01			
		327,18	78,27	0,90	0,90	0,00	15,75	0,00	0,03			
		735,44	175,95	9,49	10,09	2,60	11,49	0,01	0,06	1,7		
		359,35	85,97	9,72	4,20	2,28	2,22	0,00	0,03	7		
		535,08	128,01	2,80	11,00	6,18	4,30	0,00	0,14	7		
		165,71	39,64	1,47	1,70	0,10	6,70	0,01	0,21	1,3		
		86,46	20,68	0,12	0,03	0,00	4,90	0,30	0,00			
		629,68	150,62	8,36	12,50	7,44	1,00	0,00	1,40	7		
		217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1		
		83,07	19,87	0,15	0,11	0,00	4,50	0,00	0,00			
		4130,70	988,20	41,10	53,59	24,47	85,23	0,33	2,72			
1/28/2026	T Csipkebogyó tea édesítőszerezni Diétás pékáru BL DIAB Liga margarinnal Alma E Párisi gyümölcs-kremleves Kölesgulyával Rakott burgonya U Mátrai diákcsemegés Diétás pékáru BL DIAB Liga margarinnal Paprikával Körte Összesen:	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15		
		484,78	115,98	4,54	0,60	0,04	22,97	0,00	0,07	1		
		531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
		327,18	78,27	0,90	0,90	0,00	15,75	0,00	0,03			
		583,51	141,98	3,20	6,94	1,67	16,51	0,01	3,33	1,7,(9),(6),(12)		
		148,10	35,43	1,30	0,34	0,07	8,00	0,21	0,00			
		209,49	51,57	1,80	2,53	1,11	4,90	0,00	0,06	7		
		363,89	87,05	4,56	7,56	2,72	0,09	0,00	0,95			
		217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1		
		531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
		32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00			
		66,45	15,90	0,12	0,09	0,00	3,60	0,00	0,00			
		3508,43	820,80	19,02	47,35	13,23	83,52	0,23	4,87			
1/29/2026	T Csipkebogyó tea édesítőszerezni Tonhalkrém Diétás pékáru BL DIAB Kigyóuborkával Alma E Savanyú DIAB Rántott sertésszelet Tört burgonyával Csomaga uborkával U Soproni felvágottas Diétás pékáru BL DIAB Liga margarinnal Körte Összesen:	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15		
		714,77	171,00	1,57	17,55	6,81	1,44	0,80	0,04	3,4,7,10,(1)		
		484,78	115,98	4,54	0,60	0,04	22,97	0,00	0,07	1		
		19,66	4,70	0,40	0,04	0,30	0,68	0,17	0,01			
		327,18	78,27	0,90	0,90	0,00	15,75	0,00	0,03			
		228,19	54,63	0,57	0,08	0,03	12,46	0,00	0,69	7,15,(1)		
		1140,79	272,92	19,87	16,16	3,65	11,54	0,00	0,35			
		97,99	23,44	0,63	0,05	0,01	5,00	0,00	0,15			
		57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40	15,(12)		
		559,78	133,92	5,48	12,32	4,58	0,12	0,00	1,68			
		217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1		
		531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
		83,07	19,87	0,15	0,11	0,00	4,50	0,00	0,00			
		4465,80	1068,38	36,79	62,18	19,24	87,48	0,98	5,65			
1/30/2026	T Csipkebogyó tea édesítőszerezni Diabétikus szilvalekváros Diétás pékáru BL DIAB Liga margarinnal Alma E Zöldcsontleves Bolognai spagetti Reszelt trappista sajtjal Alma U Szendvicssalátával Diétás pékáru BL DIAB Liga margarinnal Kárpaprikával Körte Összesen:	2,17	0,52	0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,00	15		
		43,90	10,50	0,13	0,01	0,00	2,38	0,00	0,01	15		
		484,78	115,98	4,54	0,60	0,04	22,97	0,00	0,07	1		
		531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
		327,18	78,27	0,90	0,90	0,00	15,75	0,00	0,03			
		311,59	74,55	3,27	2,75	0,30	8,84	0,00	2,76			
		583,92	139,70	6,42	9,69	2,96	5,78	2,09	0,36	9,(1),(3),(6),(7),(12)		
		145,13	34,72	1,36	0,77	0,12	5,54	0,00	0,06	1,3		
		442,26	0,00	7,86	7,98	5,08	0,51	0,51	0,60	7		
		218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02			
		267,79	64,07	8,48	3,28	1,15	0,08	0,00	1,31			
		217,66	52,07	2,04	0,27	0,02	10,32	0,00	0,03	1		
		531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
		32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00			
		83,07	19,87	0,15	0,11	0,00	4,50	0,00	0,00			
		4222,77	904,45	36,31	55,08	17,27	88,55	2,61	5,65			