

26. hét




## Óvodás, iskolás alap étlap

06.24. - 06.28.	csütörtök	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Vaníliás tej Kifli	Citromos limonádé Padlizsánkrém Zsemle	Tej Gabonagolyó	Barackos tea Zala felvágott Margarin Rozskenyér, jégcsapretek	Erdei gyümölcsös limonádé Póréhagymás sajtkrém Félbarna kenyér
Leves	Magyaros csipetkeleves	Kerti zöldségleves	Fejtett bableves Félbarna kenyér	Daragaluskaleves	Brokkolikrémleves Levesgyöngy
Főétel	Csikós tokány Párolt rizs	Sertéspörkölt Kelkáposzta főzelék Félbarna kenyér	Dejós tészta Nektarin	Mézes-mustáros sertésragu Párolt rizs	Spenótos rakott tészta
Uzsonna	Csemege szalámi Korpás kenyér Margarin Paprika	Sertéspárizsi Margarin Uborka Félbarna kenyér	Pulykamell sonka Margarin Korpás zsemle Paprika	Helyben sült meggyes párna Alma	Kenőmájas Korpás kenyér Paprika

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

Heti étlap 2024.06.24. - 2024.06.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Vaníliás tej Kifli			Limonádé Házi padlizsánkrémes Zsemle			Tej Gabonagolyó			Barackos tea Zala felvágottas Rozskenyér Margarinnal Jégcsapretekkel			Erdei gyümölcsös limonádé Póréhagymás sajtkrémes Félbarna kenyér		
		Energia: 327.15 Kcal / 1,367.49 KJ			Energia: 255.17 Kcal / 1,066.61 KJ			Energia: 208.05 Kcal / 869.65 KJ			Energia: 299.03 Kcal / 1,249.95 KJ			Energia: 259.79 Kcal / 1,085.92 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12.40 g	7.99 g	3.69 g	5.31 g	10.01 g	3.97 g	9.11 g	3.18 g	1.66 g	9.53 g	6.39 g	6.60 g	7.14 g	8.30 g	4.76 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
51.01 g	12.39 g	0.89 g	35.40 g	5.99 g	0.57 g	35.50 g	0.00 g	0.95 g	50.71 g	23.10 g	1.17 g	38.76 g	5.99 g	0.24 g		
1,3,7			1,3,7,10,(12)			7,(1),(3),(5)			1,(7)			1,7				
<b>Ebéd</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Magyaros csipetkeleves Csikós tokány Párolt rizszel			Kerti zöldségleves Kelkáposzta főzelék Sertéspörkölttel Félbarna kenyérral			Fejtett bableves Félbarna kenyérral Dejós tészta Nektarin			Daragaluska leves Mézes mustáros sertésragu Párolt rizszel			BrokkolikréMLEVES Levesgyönggyel Spenótos csirkés rakott tészta		
		Energia: 579.91 Kcal / 2,424.02 KJ			Energia: 431.78 Kcal / 1,804.84 KJ			Energia: 526.53 Kcal / 2,200.90 KJ			Energia: 505.62 Kcal / 2,113.49 KJ			Energia: 477.81 Kcal / 1,997.25 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		17.10 g	28.68 g	7.61 g	18.36 g	21.27 g	5.40 g	16.09 g	10.27 g	1.12 g	16.48 g	22.40 g	5.88 g	27.16 g	15.37 g	4.36 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
62.48 g	0.00 g	1.86 g	41.02 g	0.01 g	2.20 g	91.74 g	10.50 g	5.27 g	59.46 g	2.04 g	2.33 g	57.14 g	0.02 g	2.21 g		
1,3,7			1,9			1,8,9,(3),(5)			1,3,7,9,10,(12)			1,7,9,(3)				
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvoda 4-6 éves</b>	Csemege szalámis Korpás kenyér Margarinnal Paprikával			Sertés párizsis Teljes kiőrlésű kenyér Margarinnal Uborkával			Csirkemell sonkás Korpás zsemle Margarinnal Paprikával			Meggyes táska Alma			Kenőmájasos Korpás kenyér Salátalevéllal		
		Energia: 199.70 Kcal / 834.75 KJ			Energia: 204.30 Kcal / 853.97 KJ			Energia: 179.93 Kcal / 752.11 KJ			Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ			Energia: 198.85 Kcal / 831.19 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.14 g	7.00 g	2.51 g	8.14 g	6.39 g	2.47 g	8.34 g	2.97 g	1.21 g	3.78 g	18.27 g	4.87 g	6.64 g	5.79 g	2.02 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27.99 g	0.00 g	1.16 g	28.51 g	2.20 g	0.61 g	29.94 g	0.00 g	1.00 g	39.98 g	18.16 g	0.67 g	29.83 g	0.00 g	0.92 g		
1,(7)			1,(7)			1,(7)			1,7,(3),(6),(12)			1,(6),(7),(10)				

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

Allergén lista (kód-allergén)

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

## Tételes étlap 2024.06.24. - 2024.06.30.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
6/24/2024	László (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6	T Vanília tej	584,43	139,81	6,81	3,00	1,63	21,22	9,99	0,27	7	
			Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
			E Magyaros csipetkeleves	554,66	132,69	3,24	5,53	1,19	17,21	0,01	3,12	1,3,9	
			Rakott karfiol	1 773,78	424,35	17,17	22,93	0,00	36,79	0,00	0,00	1,7	
			U Csemege szalámi	206,56	49,42	1,96	4,58	1,61	0,03	0,00	0,40		
			Korpás kenyér	539,48	129,06	3,94	0,36	0,00	27,36	0,00	0,70	1	
			Margarin	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
			Összesen:	4 204,39	1 005,83	37,12	38,74	5,43	126,01	10,00	4,96		
			6/25/2024	László (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves	T Limonádé	110,63	26,47	0,03	0,04	0,00	6,22	5,99
Padlizsánkrém házi	384,98	92,10				0,58	9,62	1,51	0,68	0,00	0,12	3,7,10,(1),(12)	
Zsemle	570,99	136,60				4,70	0,35	0,13	28,50	0,00	0,51	1	
E Kerti zöldségleves	131,43	31,41				0,99	1,56	0,18	3,31	0,01	0,55	9	
Sertéspörkölt	673,83	161,20				9,31	12,42	5,15	2,83	0,00	0,70		
Kelkáposzta főzelék	675,39	161,58				5,12	6,99	0,83	19,19	0,00	0,97	1	
Félbarna kenyér	324,32	77,59				2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	1	
U Sertés párizsi	178,25	42,64				2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46		
Margarin	72,31	17,30				0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
Uborka	9,83	2,35				0,20	0,02	0,00	0,34	0,00	0,01		
Félbarna kenyér	648,65	155,18	5,88	0,60	0,00	31,38	0,00	1,20	1				
Összesen:	3 780,61	904,42	32,13	37,54	10,08	108,18	6,00	5,18					
6/26/2024	László (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves	T Tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	7	
			Gabonagolyó	463,93	110,99	2,31	0,18	0,02	24,90	0,00	0,46	(1),(3),(5),(7)	
			E Babgulyás	717,23	171,59	9,56	6,54	2,46	18,34	0,01	1,31	1,9	
			Félbarna kenyér	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	1	
			Dejő szórát	340,90	81,55	1,87	2,69	0,05	12,37	10,49	0,00	1,8,(5)	
			Főtt tészta	944,98	226,07	7,50	2,20	0,21	43,80	0,00	3,99	1,(3)	
			Nektarin	138,65	33,17	0,56	0,28	0,03	7,07	0,00	0,00		
			U Pulykamell sonka	92,40	22,11	3,40	0,56	0,18	0,84	0,00	0,43		
			Margarin	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
			Korpás zsemle	570,99	136,60	4,70	0,35	0,13	28,50	0,00	0,51	1	
Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00					
Összesen:	4 087,81	977,95	39,88	18,16	5,61	162,71	10,50	7,63					
6/27/2024	László (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves	T Barackos tea	349,82	83,69	0,52	0,10	0,00	20,01	9,99	0,00		
			Zala felvágott	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40		
			Margarin	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
			Rozskenyér	645,62	154,46	6,06	1,08	4,52	29,94	0,00	0,70	1	
			Jégcsapretek	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	3,12	0,01		
			E Daragaluska leves	287,99	67,99	2,68	0,80	0,16	12,60	0,01	0,76	1,3,9	
			Mézés mustáros sertésragu	828,87	196,78	9,40	15,87	0,00	4,23	0,00	0,00	7,10,(12)	
			Párolt rizs	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,10	42,63	0,00	0,30		
			U Meggyes táskás	1 426,17	341,19	3,78	18,27	4,87	39,98	18,16	0,67	1,7,(3),(6),(12)	
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
Összesen:	5 017,85	1 198,02	30,39	47,66	11,73	160,65	31,28	2,92					
6/28/2024	László (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6	T Erdei gyümölcsös limonádé	120,99	28,95	0,16	0,00	0,00	6,98	5,99	0,00		
			Snidlinges sajtkrém	316,26	75,66	1,10	7,70	4,58	0,40	0,00	0,24	7	
			Félbarna kenyér	648,65	155,18	5,88	0,60	0,00	31,38	0,00	1,20	1	
			E Brokkolikrémleves	360,17	86,16	3,18	3,47	0,73	10,45	0,02	0,93	1,7,9	
			Levesgyöngy	210,50	50,36	0,81	2,64	1,37	5,64	0,26	0,09	1,3,7	
			Spenótos csirkés rakott tészta	1 529,01	365,79	23,00	11,80	0,00	41,46	0,00	0,00	1,7,(3)	
			U Kenőmájás	290,00	69,38	2,66	5,42	2,02	2,42	0,00	0,22	(1),(6),(7),(10)	
			Korpás kenyér	539,48	129,06	3,94	0,36	0,00	27,36	0,00	0,70	1	
			Paprika	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
			Összesen:	4 031,44	964,46	40,97	32,05	8,70	126,69	6,27	3,38		