

23. hét

Óvodás, iskolás közép étlap

06.02. - 06.06.	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Karamellás tej Kifli	Citromos limonádé Tavaszi felvátott Korpás kenyér Margarin Paradicsom	Ovi: Vaníliás tej Vajas molnárka	Mentás limonádé Tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Barackos tea Sülthús krém Korpás kenyér Lilahagyma
Leves	Brokkolikrémleves Levesgyöngy	Magyaros zöldbableves	Vajgaluskaleves	Vegyes gyümölcsleves	Paradicsomleves Betűtészta
Főétel	Pusztapörkölt Félbarna kenyér Csemegeuborka	Szilvalekváros gombóc Porcukor szórat	Zabpelyhes vagdalt Finomfőzelék Félbarna kenyér	Temesvári sertésragu Párolt rizs	Rántott csirkemell corn flakes bundában Burgonyapüré Görögdinnye
Uzsonna	Zala felvágott Rozskenyér Margarin Paprika	Helyben sült sajtos pogácsa Sós-karamellás zabrudi	Paprikás szalámi Korpás kenyér Margarin Paprika	Helyben sült kakaós csiga Alma	Poharas puding Kifli

Eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783403-5-11
 Adószám: 26215833-4-13
 3

Heti étlap 2025.06.02. - 2025.06.06.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Karamellás tej(7) Kifli(1)			Limonádé Tavaszi felvágottas Korpás kenyér(1) Margarinnal Paradicsommal			Vaníliás tej(7) Molnárika(3,1,7)			Mentás limonádé Majonézes tonhalkrém(4,10,3,7) Teljes kiőrlésű kenyér(1) Kígyóborkával			Barackos tea Sült húskrém(10,7) Korpás kenyér(1) Lilahagymával		
		Energia: 256.53 Kcal / 1,072.30 KJ			Energia: 213.91 Kcal / 894.14 KJ			Energia: 327.15 Kcal / 1,367.49 KJ			Energia: 256.97 Kcal / 1,074.13 KJ			Energia: 292.30 Kcal / 1,221.81 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.56 g	3.28 g	1.73 g	6.24 g	5.36 g	2.01 g	12.40 g	7.99 g	3.69 g	6.63 g	9.57 g	3.63 g	6.15 g	7.54 g	3.22 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
45.89 g	12.49 g	0.68 g	34.85 g	5.99 g	1.13 g	51.01 g	12.69 g	0.89 g	35.51 g	6.50 g	0.11 g	49.52 g	19.98 g	0.92 g		
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Brokkolikrémleves(1,7) Levesgyönggyel(3,1,7) Pusztapörkölt burgonyával Csemege uborkával(15) Félbarna kenyérral(1)			Magyaros zöldbableves(1) Szilvás gombóc(1,7) Porcukorral			Vajgaluskaleves(3,9,1) Zabpelyhes vagdalt(3,1) Finomfőzelékkel(1,7) Félbarna kenyérral(1)			Vegyes gyümölcsleves(1,7) Temesvári sertésragu(1,7) Párolt rizzsel			Paradicsomleves(9,1) Betűtészta(3,1) Rántott csirkemell corn flakes bundában Burgonyapürével(7) Görögdinnye		
		Energia: 456.29 Kcal / 1,907.29 KJ			Energia: 766.93 Kcal / 3,205.77 KJ			Energia: 531.98 Kcal / 2,223.68 KJ			Energia: 537.01 Kcal / 2,244.70 KJ			Energia: 748.35 Kcal / 3,128.10 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		16.84 g	20.85 g	7.14 g	17.25 g	35.12 g	10.17 g	20.86 g	24.79 g	6.43 g	15.98 g	21.40 g	6.49 g	24.73 g	36.35 g	5.33 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
49.06 g	0.22 g	2.73 g	94.59 g	36.48 g	2.98 g	55.71 g	3.01 g	2.46 g	71.22 g	12.99 g	1.00 g	78.61 g	3.00 g	3.19 g		
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Zala felvágottas Rozskenyér(1) Margarinnal Paprikával			Helyben sült sajttal szórt pogácsa(3,1,7) Zabrud(6,1)			Paprikás szalámis Korpás kenyér(1) Margarinnal Paprikával			Helyben sült kakaós csiga (1,7) Alma			Poharas puding(7) Kifli(1)		
		Energia: 217.42 Kcal / 908.82 KJ			Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ			Energia: 200.68 Kcal / 838.84 KJ			Energia: 163.83 Kcal / 684.81 KJ			Energia: 109.28 Kcal / 456.79 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.09 g	6.35 g	6.59 g	2.46 g	13.10 g	3.58 g	6.20 g	7.02 g	2.51 g	1.81 g	8.77 g	2.34 g	3.76 g	0.28 g	0.10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.92 g	0.00 g	1.16 g	13.48 g	0.00 g	0.79 g	28.14 g	0.00 g	1.16 g	19.20 g	10.04 g	0.32 g	22.80 g	0.00 g	0.41 g		

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

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

Allergén lista (kód-allergén)

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

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783403-5-13
 Adószám: 26215633-4-13
 Élelmiszervezető

Tételes étlap 2025.06.02. - 2025.06.08.												
	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
6/2/2025	Laktóz (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves										
		T Karamellás tej	615,51	147,25	6,80	3,00	1,63	23,09	12,49	0,27	7	
		Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
		E Brokkolikrémleves	400,61	95,84	2,85	4,91	1,37	9,96	0,14	1,08	1,7,(3),(6),(12)	
		Levesgyönggyel	210,50	50,36	0,81	2,64	1,37	5,64	0,08	0,09	1,3,7	
		Pusztapörkölt burgonyával	1 273,16	304,58	12,94	13,26	4,40	32,42	0,00	0,60		
		Csemege uborkával	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96	15,(12)	
		U Zala felvágottas	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40		
		Rozskenyér	645,62	154,46	6,06	1,08	4,52	29,94	0,00	0,70	1	
		Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
		Paprikával	20,48	4,90	0,30	0,08	0,00	0,75	0,00	0,00		
		Összesen:	3 888,39	930,24	36,49	30,48	15,46	125,87	12,71	4,57		
6/3/2025	Laktóz (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves										
		T Limonádé	110,63	26,47	0,03	0,04	0,00	6,22	5,99	0,00		
		Tavaszi felvágottas	153,39	36,70	2,07	2,92	1,10	0,47	0,00	0,37		
		Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
		Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
		Paradicsommal	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
		E Magyaros zöldbableves	240,35	57,20	1,56	2,54	0,30	6,99	0,01	1,04	1	
		Szilvás gombóc	2 798,86	669,58	15,69	32,58	9,87	77,61	26,48	1,94	1,7,(3),(6),(12)	
		Porcukorral	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00		
		U Sajtos pogácsa PP	762,94	182,52	2,46	13,10	3,58	13,48	0,00	0,79	1,3,7	
		Zabrudai	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,6,(5),(7),(8),(11)	
		Összesen:	4 918,23	1 176,31	27,57	53,95	15,80	143,69	42,47	4,28		
6/4/2025	Laktóz (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves										
		T Vaníliás tej	584,43	139,81	6,81	3,00	1,63	21,22	9,99	0,27	7	
		Molnárka	783,08	187,34	5,59	4,99	2,06	29,79	2,70	0,62	1,3,7	
		E Vajgaluskaleves	233,49	55,25	1,35	2,43	0,65	7,04	0,01	1,08	1,3,9,(7)	
		Zabpelyhes vagdalt	977,08	233,75	10,61	17,06	4,90	9,17	0,00	0,65	1,3	
		Finomfőzelékkel	691,50	165,39	5,96	5,00	0,79	23,81	3,00	0,73	1,7	
		Félbarna kenyérral	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
		U Paprikás szalámis	206,56	49,42	1,96	4,58	1,61	0,03	0,00	0,40		
		Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
		Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
		Paprikával	20,48	4,90	0,30	0,08	0,00	0,75	0,00	0,00		
		Összesen:	4 486,86	1 072,76	41,08	40,17	12,67	135,63	15,70	3,89		
6/5/2025	Laktóz (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6										
		T Mentás limonádé	110,85	26,52	0,03	0,04	0,00	6,23	5,99	0,00		
		Majonézes tonhalkrém	357,38	85,50	0,79	8,77	3,40	0,72	0,40	0,02	3,4,7,10,(1)	
		Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
		Kigyóborkával	12,29	2,94	0,25	0,03	0,19	0,43	0,11	0,01		
		E Vegyes gyümölcsleves	460,59	101,49	1,25	1,34	0,69	22,77	12,99	0,27	1,7	
		Temesvári sertésragu	813,90	194,67	10,33	14,33	5,14	5,82	0,00	0,43	1,7	
		Párolt rizszel	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,66	42,63	0,00	0,30		
		U Kakaós csiga	684,83	163,83	1,81	8,77	2,34	19,20	10,04	0,32	1,7,(3),(6),(12)	
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		Összesen:	4 258,33	1 009,99	25,02	40,34	12,46	136,43	29,53	1,45		
6/6/2025	Laktóz (00442)	Eatrend 3-as Óvoda 4-6 éves										
		T Barackos tea	349,82	83,69	0,52	0,10	0,00	20,01	19,98	0,00		
		Sült húskrém	299,42	71,63	1,45	7,06	3,22	0,49	0,00	0,22	7,10,(12)	
		Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
		Lilahagymával	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
		E Paradicsomleves	253,33	60,61	1,83	0,55	0,06	11,98	3,00	0,60	1,9	
		Betűtésztával	114,71	27,44	1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3	
		Rántott csirkemell corn flakes	1 641,47	392,70	15,41	29,42	3,55	16,10	0,00	1,02	1,3	
		Burgonyapürével	962,43	230,25	5,70	5,79	1,66	37,88	0,00	1,51	7	
		Görögdinnye	156,12	37,35	0,60	0,24	0,00	7,80	0,00	0,01		
		U Zott Szivecske Pud. vaníliás önt.	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7	
		Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
		Összesen:	4 860,79	1 162,88	36,26	44,54	8,69	151,70	22,98	3,90		