

26. hét

Óvodás, iskolás közép étlap

06.23. - 06.27.	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Almás fahéjas tea Magyaros vajkrém Félbarna kenyér Paprika	Tej Méz Korpás kenyér Margarin	Mentás limonádé Petrezselymes tojáskrém Kifli	Tej Gabonapehely	Limonádé Lenmagos sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér
Leves	Vegyes zöldségkrémleves Levesgyöngy	Csontleves Cérnametélt	Fejlett bableves Félbarna kenyér	Gyümölcsleves	Magyaros karfiolleves
Főétel	Lecsós sertésragu Párolt bulgur	Sertéspörkölt Kelkáposzta főzelék Félbarna kenyér	Aranygaluska Vanília sodó	Rakott burgonya Házi káposztasaláta	Sonkás-sajtos rakott tészta
					Görögdinnye
Uzsonna	Helyben sült péksütemény	Felvágott Zsemle Margarin Kígyóuborka	Szendvicssonka Rozskenyér Margarin Paradicsom	Sajt szelet Korpás zsemle Margarin	Poharas gyümölcsjoghurt Kifli
				Alma	

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

Heti étlap 2025.06.23. - 2025.06.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Almás-fahéjas tea Magyaros vajkrémes[7] Félbarna kenyér[1] Paprikával	Tej[7] Mézes Korpás kenyér[1] Margarinnal(7)	Mentás limonádé Petrezselymes tojáskrémes[3,7,10,(1,12)] Kifli[1,(7)]	Tej[7] Gabonagolyó(1,3,5,7)	Limonádé Lenmagos sajtkrémes[7] Teljes kiőrlésű kenyér[1]
		Energia: 351.29 Kcal / 1,468.39 KJ	Energia: 276.14 Kcal / 1,154.27 KJ	Energia: 230.24 Kcal / 962.40 KJ	Energia: 208.05 Kcal / 869.65 KJ	Energia: 246.03 Kcal / 1,028.41 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		7.07 g 8.76 g 4.05 g	10.78 g 5.36 g 2.53 g	5.22 g 9.97 g 2.88 g	9.11 g 3.18 g 1.66 g	6.81 g 8.62 g 4.64 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Zöldségkrémleves[7,9] Levesgyönggyel[1,3,7] Lecsós sertésragu Bulgurral [1]	Csontleves [9,(1)] Cénametétlél[1,3] Sertéspörkölt Kelkáposzta főzelékkel[1] Félbarna kenyérrel[1]	Fejttett bableves [1,9] Félbarna kenyérrel[1] Aranygaluska[1,3,7,8,(5)] Vanília sodóval[1,7]	Vegyes gyümölcsleves[1,7] Rakott burgonya[1,3,7] Káposztasalátával	Magyaros karfiolleves[1,9] Sonkás-sajtos rakott tészta[1,3,7] Görögdinnye
		Energia: 626.47 Kcal / 2,618.64 KJ	Energia: 455.45 Kcal / 1,903.78 KJ	Energia: 709.20 Kcal / 2,964.46 KJ	Energia: 471.07 Kcal / 1,969.07 KJ	Energia: 485.54 Kcal / 2,029.56 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		18.46 g 38.62 g 9.95 g	19.73 g 20.81 g 5.31 g	19.43 g 24.89 g 6.25 g	18.13 g 23.63 g 8.50 g	23.39 g 20.25 g 5.39 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Helyben sült péksütemény[1,7]	Felvágottas Zsemle[1] Margarinnal(7) Kígyóborkával	Szendvicssonkás Rozskenyér[1] Margarinnal(7) Paradicsommal	Sajt szelettel[7] Korpás zsemle[1] Margarinnal(7) Alma	Poharas gyümölcsjoghurt[7,(1)] Kifli[1,(7)]
		Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ	Energia: 223.80 Kcal / 935.48 KJ	Energia: 243.10 Kcal / 1,016.16 KJ	Energia: 228.27 Kcal / 954.17 KJ	Energia: 275.39 Kcal / 1,151.13 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		7.99 g 2.31 g 3.61 g	7.69 g 8.54 g 3.51 g	9.00 g 9.28 g 7.72 g	10.24 g 7.97 g 4.60 g	9.35 g 6.07 g 3.23 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Helyben sült péksütemény[1,7]	Felvágottas Zsemle[1] Margarinnal(7) Kígyóborkával	Szendvicssonkás Rozskenyér[1] Margarinnal(7) Paradicsommal	Sajt szelettel[7] Korpás zsemle[1] Margarinnal(7) Alma	Poharas gyümölcsjoghurt[7,(1)] Kifli[1,(7)]
		Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ	Energia: 223.80 Kcal / 935.48 KJ	Energia: 243.10 Kcal / 1,016.16 KJ	Energia: 228.27 Kcal / 954.17 KJ	Energia: 275.39 Kcal / 1,151.13 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		7.99 g 2.31 g 3.61 g	7.69 g 8.54 g 3.51 g	9.00 g 9.28 g 7.72 g	10.24 g 7.97 g 4.60 g	9.35 g 6.07 g 3.23 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Helyben sült péksütemény[1,7]	Felvágottas Zsemle[1] Margarinnal(7) Kígyóborkával	Szendvicssonkás Rozskenyér[1] Margarinnal(7) Paradicsommal	Sajt szelettel[7] Korpás zsemle[1] Margarinnal(7) Alma	Poharas gyümölcsjoghurt[7,(1)] Kifli[1,(7)]
		Energia: 164.00 Kcal / 685.52 KJ	Energia: 223.80 Kcal / 935.48 KJ	Energia: 243.10 Kcal / 1,016.16 KJ	Energia: 228.27 Kcal / 954.17 KJ	Energia: 275.39 Kcal / 1,151.13 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		7.99 g 2.31 g 3.61 g	7.69 g 8.54 g 3.51 g	9.00 g 9.28 g 7.72 g	10.24 g 7.97 g 4.60 g	9.35 g 6.07 g 3.23 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só

Az étlanváltogatás iogát fenntartiu! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesitiük.
 Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

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

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783408-5-10
 Adószám: 26215833-4-13
Élelmezésvezető



Tételes étlap 2025.06.23. - 2025.06.29.												
	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
6/23/2025	bárány (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves										
		T Almás-fahéjas tea	481,74	115,25	0,39	0,08	0,00	28,00	27,98	0,00		
		Magyaros vajkrémes	317,52	75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	0,00	0,00	7	
		Félbarna kenyér	648,65	155,18	5,88	0,60	0,18	31,38	0,00	0,00	1	
		Paprikával	20,48	4,90	0,30	0,08	0,00	0,75	0,00	0,00		
		E Zöldségleves / zöldségkrémleves	322,73	75,39	0,91	6,53	1,14	3,61	0,02	1,04	7,9	
		Levesgyönggyel	210,50	50,36	0,81	2,64	1,37	5,64	0,08	0,09	1,3,7	
		Lecsós sertésragu	1 109,73	265,49	10,10	23,16	6,68	3,82	0,00	0,89		
		Bulgurral	983,24	235,23	6,64	6,29	0,76	40,97	0,00	1,20	1	
		U Helyben sült sajtkrémes rúd	685,52	164,00	7,99	2,31	3,61	33,28	0,00	1,69	1,7	
		Összesen:	4 780,11	1 141,76	33,52	49,69	17,61	147,85	28,08	4,91		
6/24/2025	bárány (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves										
		T Tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	7	
		Mézes	136,75	32,72	0,04	0,00	0,00	8,10	8,10	0,00		
		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)	
		E Csontleves	115,77	27,64	1,17	0,75	0,03	4,12	0,02	1,09	9,(1)	
		Cénnametélttel	114,71	27,44	1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3	
		Sertéspörkölt	673,83	161,20	9,31	12,42	4,30	2,83	0,00	0,68		
		Kelkáposzta főzelékkel	675,39	161,58	5,12	6,99	0,83	19,19	0,00	0,97	1	
		Félbarna kenyérral	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
6/25/2025	bárány (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves										
		U Soproni felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
		Zsemle	570,99	136,60	4,70	0,35	0,13	28,50	0,00	0,06	1	
		Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
		Kigyóborkával	12,29	2,94	0,25	0,03	0,19	0,43	0,11	0,01		
		Összesen:	4 047,89	968,34	39,82	35,08	11,39	122,50	8,23	4,17		
		T Mentás limonádé	110,85	26,52	0,03	0,04	0,00	6,23	5,99	0,00		
		Petrezselymes tojáskrémes	395,02	94,44	1,43	9,65	2,78	0,37	0,00	0,15	3,7,10,(1),(12)	
		Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
		E Fejtett bableves	499,92	119,60	3,98	4,83	0,74	14,84	0,01	1,28	1,9	
6/26/2025	bárány (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves										
		Félbarna kenyérral	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
		Aranygaluska	2 062,60	493,44	12,02	18,75	4,82	68,80	20,73	0,17	1,3,7,8,(5)	
		Vanília sodóval	401,93	96,16	3,43	1,31	0,69	17,54	5,59	0,11	1,7	
		U Szendvics sonkás	108,70	26,00	4,44	0,28	0,11	1,40	0,00	0,46		
		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)	
		Paradicsommal	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
		Összesen:	5 096,37	1 219,17	38,29	38,56	14,76	178,41	32,32	3,34		
		T Tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	7	
6/27/2025	bárány (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves										
		Gabonagolyó	463,93	110,99	2,31	0,18	0,03	24,90	0,00	0,68	(1),(3),(5),(7)	
		E Vegyes gyümölcsleves	460,59	101,49	1,25	1,34	0,69	22,77	12,99	0,27	1,7	
		Rakott burgonya	1 829,64	321,76	16,11	22,14	7,80	42,34	0,00	4,13	1,3,7	
		Káposztasalátával	199,88	47,82	0,77	0,15	0,01	10,67	7,99	0,80		
		U Sajt szelettel	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49	7	
		Korpás zsemle	570,99	136,60	4,70	0,35	0,13	28,50	0,00	0,51	1	
		Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
		Összesen:	4 313,94	907,39	37,48	34,78	14,76	140,10	20,98	7,21		
		T Limonádé	110,63	26,47	0,03	0,04	0,00	6,22	5,99	0,00		
6/27/2025	bárány (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves										
		Lenmagos sajtkrémes	324,15	77,55	1,22	7,85	4,60	0,41	0,00	0,24	7	
		Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
		E Magyaros karfiolleves	151,72	35,99	1,28	1,63	0,19	4,07	0,01	0,53	1,9	
		Sonkás-sajtos rakott tészta4-6	1 743,29	412,20	21,51	18,38	5,20	40,89	0,00	3,08	1,3,7	
		Görögdinnye	156,12	37,35	0,60	0,24	0,00	7,80	0,00	0,01		
		U Gyümölcs joghurt poharas kicsi	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	22,45	0,49	7,(1)	
		Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
		Összesen:	4 230,63	1 006,96	39,55	34,94	13,26	132,77	28,45	4,84		