

27. hét

Óvodás, iskolás alap étlap

06.30.-07.04.	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Barackos tea Zöldfűszeres vajkrém Rozskenyér	Tej Szilvalekvár Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Citromos limonádé Sertéspárizsi Margarin Korpás zsemle	Vaníliás tej Fatörzskifli	Erdei gyümölcsös limonádé Kenőmájas Korpás kenyér Uborka
Leves	Frankfurti leves	Magyaros csipetkeleves	Kerti zöldségleves	Paradicsomleves Betűtészta	Erőleves Csiga tészta
Főétel	Meggyes mákos rakott tészta(széles metélt) Vanília sodó	Fasírt Zöldborsófőzelék Félbarna kenyér	Toscan csirkeragu Bulgur	Halrúd Burgonya püré Házi káposztasaláta	Rakott karfiol
	Nektarin				
Uzsonna	Diákcsemege Zsemle Margarin	Helyben sült Péksütemény Alma	Puding Kifli Málnás zabrudi	Zala felvágott Margarin Graham kenyér Paprika	Kockasajt Zsemle

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

Heti étlap 2025.06.30. - 2025.07.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Barackos tea Zöldfűszeres vajkrém[7] Rozskenyér[1]	Tej[7] Szilvalekváros(12) Teljes kiőrlésű kenyér[1] Margarinnal(7)	Limonádé Sertés párizsis Korpás zsemle[1] Margarinnal(7)	Vaníliás tej[7] Fatörzs kifli[1,3,7]	Erdei gyümölcsös limonádé Korpás kenyér[1] Kenőmájassal(1,6,7,10) Kígyóborkával
		Energia: 300.39 Kcal / 1,255.63 KJ	Energia: 279.04 Kcal / 1,166.39 KJ	Energia: 223.01 Kcal / 932.18 KJ	Energia: 405.78 Kcal / 1,696.16 KJ	Energia: 230.33 Kcal / 962.78 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír[sav] 7.07 g 7.59 g 7.61 g	Fehérje Zsír T.Zsír[sav] 12.49 g 5.73 g 2.57 g	Fehérje Zsír T.Zsír[sav] 7.11 g 6.03 g 2.41 g	Fehérje Zsír T.Zsír[sav] 13.81 g 9.25 g 4.20 g	Fehérje Zsír T.Zsír[sav] 7.01 g 5.81 g 2.21 g
		Szénhidrát Cukor Só 50.52 g 19.98 g 0.70 g	Szénhidrát Cukor Só 44.13 g 5.40 g 0.42 g	Szénhidrát Cukor Só 34.76 g 5.99 g 1.03 g	Szénhidrát Cukor Só 66.34 g 21.12 g 0.89 g	Szénhidrát Cukor Só 37.19 g 6.10 g 0.93 g
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Frankfurti leves[1,7,(3,6,9,12)] Meggyes mákos rakott tészta[1,3,7] Vanília sodóval[1,7] Nektarin	Magyaros csipetkeleves[1,3] Fasírt[1,3], Zöldborsófőzelékkel[1,7] Félbarna kenyérral[1]	Kerti zöldségleves[9] Toscan csirkeragu Bulgurral [1]	Paradicsomleves[1,9] Betűtésztával[1,3] Rántott halrúd[1,3,4,(7)] Burgonyapürével[7] Káposztasalátával	Erőleves[9] Rakott brokkoli rizzsel[1,7]
		Energia: 597.31 Kcal / 2,496.76 KJ	Energia: 654.21 Kcal / 2,734.60 KJ	Energia: 316.43 Kcal / 1,322.68 KJ	Energia: 436.00 Kcal / 1,822.48 KJ	Energia: 447.10 Kcal / 1,868.88 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír[sav] 20.97 g 17.20 g 5.12 g	Fehérje Zsír T.Zsír[sav] 25.59 g 27.35 g 6.93 g	Fehérje Zsír T.Zsír[sav] 9.16 g 10.20 g 1.93 g	Fehérje Zsír T.Zsír[sav] 26.46 g 8.97 g 2.53 g	Fehérje Zsír T.Zsír[sav] 18.02 g 23.55 g 6.77 g
		Szénhidrát Cukor Só 100.12 g 20.61 g 1.79 g	Szénhidrát Cukor Só 76.22 g 12.00 g 4.37 g	Szénhidrát Cukor Só 49.86 g 2.53 g 2.55 g	Szénhidrát Cukor Só 61.09 g 25.40 g 3.03 g	Szénhidrát Cukor Só 40.21 g 0.00 g 1.18 g
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Diákcsemegés Zsemle[1] Margarinnal(7)	Helyben sült sajtos rúd [1,7,(3,6,8,11,12)]	Poharas puding[7] Kiflivel[1,(7)] Zabrudil[1,6,(5,7,8,11)]	Zala felvágottas Graham kenyér[1] Margarinnal(7) Paprikával	Zsemle[1] Kockasajttal[7]
		Energia: 182.92 Kcal / 764.61 KJ	Energia: 99.71 Kcal / 416.79 KJ	Energia: 515.28 Kcal / 2,153.87 KJ	Energia: 222.96 Kcal / 931.97 KJ	Energia: 211.91 Kcal / 885.78 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír[sav] 6.22 g 4.87 g 1.94 g	Fehérje Zsír T.Zsír[sav] 4.84 g 1.40 g 2.19 g	Fehérje Zsír T.Zsír[sav] 10.16 g 15.28 g 9.50 g	Fehérje Zsír T.Zsír[sav] 9.09 g 5.87 g 2.07 g	Fehérje Zsír T.Zsír[sav] 8.88 g 6.60 g 3.85 g
		Szénhidrát Cukor Só 28.53 g 0.00 g 0.44 g	Szénhidrát Cukor Só 17.00 g 0.00 g 1.02 g	Szénhidrát Cukor Só 79.80 g 22.00 g 0.60 g	Szénhidrát Cukor Só 33.38 g 0.00 g 1.49 g	Szénhidrát Cukor Só 29.00 g 0.00 g 0.76 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-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.
 Cseportos adószám: 17783403-5-10
 Adószám: 26215833-4-10
 Élelmészvezető



Tételes étlap 2025.06.30. - 2025.07.06.												
	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
6/30/2025	bárány (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves										
		T Barackos tea	349,82	83,69	0,52	0,10	0,00	20,01	19,98	0,00		
		Zöldfűszeres vajkrémes	317,52	75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	0,00	0,00	7	
		Rozskenyér	645,62	154,46	6,06	1,08	4,52	29,94	0,00	0,70	1	
		E Frankfurti leves	410,21	51,76	4,50	5,45	2,21	7,58	0,03	0,80	1,7,(3),(6),(9),(12)	
		Meggyes mákos rakott tészta	1 531,84	366,47	11,63	9,75	2,14	57,33	14,99	0,88	1,3,7	
		Vanília sodóval	401,93	96,16	3,43	1,31	0,69	17,54	5,59	0,11	1,7	
		Nektarin	346,63	82,92	1,41	0,69	0,08	17,67	0,00	0,00		
		U Diákcsemegés	121,30	29,02	1,52	2,52	0,91	0,03	0,00	0,32		
		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)	
		Összesen:	4 768,17	1 094,34	34,27	31,25	15,45	179,00	40,59	2,93		
7/1/2025	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	
		Szilvalekváros	94,76	22,67	0,13	0,00	0,00	5,40	5,40	0,01	(12)	
		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 Magyaros csipetkeleves	554,66	132,69	3,24	5,53	1,24	17,21	0,01	3,18	1,3	
		Fasírttal	832,23	199,10	10,69	13,11	4,46	9,34	0,00	0,83	1,3	
		Zöldborsófőzelékkel	1 038,62	244,83	8,72	8,41	1,14	33,98	11,99	0,36	1,7	
		Félbarna kenyérral	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
		U Helyben sült sajtos rúd	416,80	99,71	4,84	1,40	2,19	17,00	0,00	1,02	1,7,(3),(6),(8),(11),(12)	
		Összesen:	4 333,03	1 032,96	42,92	34,48	11,69	137,35	17,40	5,81		
7/2/2025	bárány (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves										
		T Limonádé	110,63	26,47	0,03	0,04	0,00	6,22	5,99	0,00		
		Sertés párizsis	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46		
		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)	
		E Kerti zöldségleves	131,43	31,41	0,99	1,56	0,18	3,31	0,01	0,55	9	
		Toscan csirkeragu	208,12	49,79	1,53	2,35	0,99	5,58	2,52	0,80		
		Bulgurral	983,24	235,23	6,64	6,29	0,76	40,97	0,00	1,20	1	
		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)	
		Zabrudai	1 697,08	406,00	6,40	15,00	9,40	57,00	22,00	0,19	1,6,(5),(7),(8),(11)	
		Összesen:	4 408,84	1 054,72	26,43	31,51	13,84	164,42	30,52	4,18		
7/3/2025	bárány (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves										
		T Vaníliás tej	584,43	139,81	6,81	3,00	1,63	21,22	9,99	0,27	7	
		Fatörzs kifli	1 111,75	265,97	7,00	6,25	2,57	45,12	11,13	0,62	1,3,7	
		E Paradicsomleves	253,33	60,61	1,83	0,55	0,06	11,98	3,00	0,60	1,9	
		Rizsszem tésztával	11,70	2,80	0,09	0,02	0,00	0,56	0,01	0,00	1,3	
		Rántott halrúd	395,08	94,52	18,07	2,46	0,80	0,00	14,40	0,12	1,3,4,(7)	
		Burgonyapürével	962,43	230,25	5,70	5,79	1,66	37,88	0,00	1,51	7	
		Káposztasalátával	199,88	47,82	0,77	0,15	0,01	10,67	7,99	0,80		
		U Zala felvágottas	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40		
		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		
		Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
		Összesen:	4 375,39	1 046,75	48,86	24,22	8,84	156,54	46,52	4,46		
7/4/2025	bárány (00442)	Jászberény Óvoda 4-6										
		T Erdei gyümölcsös limonádé	120,99	28,95	0,16	0,00	0,00	6,98	5,99	0,00		
		Kenőmájassal	290,00	69,38	2,66	5,42	2,02	2,42	0,00	0,22	(1),(6),(7),(10)	
		Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
		Kígyóborkával	12,29	2,94	0,25	0,03	0,19	0,43	0,11	0,01		
		E Erőleves	112,08	26,81	1,19	0,67	0,01	3,96	0,00	0,38	9	
		Rakott karfiol rizzsel	1 756,83	420,29	16,83	22,88	6,76	36,25	0,00	0,80	1,7	
		U Zsemle	570,99	136,60	4,70	0,35	0,13	28,50	0,00	0,06	1	
		Kockasajittal	314,79	75,31	4,18	6,25	3,72	0,50	0,00	0,70	7	
		Összesen:	3 771,58	902,29	35,53	36,33	12,87	107,17	6,10	2,25		