

30. hét



Óvodás, iskolás alap étlap

07.21.-07.25.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Narancsos limonádé Snidlinges vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paprika	Karamellás tej kifli	Erdei gyümölcsös tea Eatrend tepertőkrém Teljes kiőrlésű kenyér	Meggyes limonádé Hot-dog Ketchup	Tej Briós
Leves	Tavaszi zöldségleves	Erőleves Eperlevéllel	Sárgabarack krémleves	Karalábéleves	Magyaros burgonyaleves
Főétel	Sült virsli Zöldbabfőzelék Félbarna kenyér	Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya Félbarna kenyér	Rántott sajt Kukoricás rizs Majonéz Görögdinnye	Tarhonyás hús Házi vitamin saláta	Vadas sertésragu Makaróni tésztával
Uzsonna	Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér	Sertéspárizsi Margarin Korpás zsemle Uborka	Natúr kockasajt Kifli	Helyben sült meggyes párna Alma	Szendvicssonka Margarin Teljeskiőrlésű kenyér Paradicsom

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

Heti étlap 2025.07.21. - 2025.07.25.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Narancs ízű limonádé Snidlinges vajkrémes[7] Teljes kiőrlésű kenyér[1] Paprikával	Karamellás tej[7] Kifli[1,(7)]	Erdei gyümölcsös tea Eatrendes Tepertőkrémes[3,7,10,(12)] Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Meggy ízű limonádé Hot-dog[1,7] Ketchuppal	Tej[7] Briós[1,3,7]
		Energia: 245.22 Kcal / 1,025.02 KJ	Energia: 256.53 Kcal / 1,072.30 KJ	Energia: 268.98 Kcal / 1,124.34 KJ	Energia: 157.83 Kcal / 659.73 KJ	Energia: 234.07 Kcal / 978.41 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv6.43 g8.23 g3.62 g	FehérjeZsírT.Zsírsv10.56 g3.28 g1.73 g	FehérjeZsírT.Zsírsv7.09 g9.43 g3.63 g	FehérjeZsírT.Zsírsv11.77 g12.41 g4.70 g	FehérjeZsírT.Zsírsv10.41 g6.22 g2.95 g
		SzénhidrátCukorSó35.98 g6.06 g0.08 g	SzénhidrátCukorSó45.89 g12.49 g0.68 g	SzénhidrátCukorSó38.54 g10.00 g0.30 g	SzénhidrátCukorSó33.95 g10.79 g1.06 g	SzénhidrátCukorSó33.84 g5.73 g0.59 g
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Zöldséges burgonyaleves[9] Sült virsli Tejfölös zöldbabfőzelékkel[1,7] Félbarna kenyérrel[1]	Erőleves[9,(1)] Eperlevél tésztával[1,3] Paradicsomos[1,9] Húsgombóc [3] Főtt burgonyával Félbarna kenyérrel[1]	Sárgabarack krémleves[1,7] Rántott sajt[7,(1,3)] Kukoricás rizszel Majonézzel[3,10,(1,7)] Görögdinnye	Magyaros karalábéleves[1] Tarhonyáshús[1,3] Vitaminсалатával	Magyaros burgonyaleves[9] Vadas sertésragu[1,7,10,(12)] Makaróni tésztával[1,3]
		Energia: 327.51 Kcal / 1,368.99 KJ	Energia: 461.91 Kcal / 1,930.78 KJ	Energia: 957.21 Kcal / 4,001.14 KJ	Energia: 517.27 Kcal / 2,162.19 KJ	Energia: 497.67 Kcal / 2,080.26 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv15.99 g24.91 g6.89 g	FehérjeZsírT.Zsírsv16.50 g18.22 g4.46 g	FehérjeZsírT.Zsírsv19.48 g65.84 g8.11 g	FehérjeZsírT.Zsírsv20.68 g20.64 g5.40 g	FehérjeZsírT.Zsírsv21.19 g20.64 g5.69 g
		SzénhidrátCukorSó43.89 g0.06 g0.87 g	SzénhidrátCukorSó57.24 g7.99 g1.13 g	SzénhidrátCukorSó68.92 g7.79 g2.80 g	SzénhidrátCukorSó61.93 g4.03 g1.75 g	SzénhidrátCukorSó55.97 g0.51 g5.42 g
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Zala felvágottas Félbarna kenyér[1] Margarinnal(7)	Sertés párizsis Korpás zsemle[1] Margarinnal(7) Kígyóborkával	Kifli[1,(7)] Kockasajttal[7]	Helyben sült meggyes táska[1,7,(3,6,12)]	Szendvics sonkás Teljes kiőrlésű kenyér[1] Margarinnal(7) Paradicsommal
		Energia: 213.24 Kcal / 891.34 KJ	Energia: 199.48 Kcal / 833.83 KJ	Energia: 184.59 Kcal / 771.59 KJ	Energia: 341.19 Kcal / 1,426.17 KJ	Energia: 189.69 Kcal / 792.90 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv8.61 g5.79 g2.25 g	FehérjeZsírT.Zsírsv7.33 g6.02 g2.60 g	FehérjeZsírT.Zsírsv7.94 g6.53 g3.82 g	FehérjeZsírT.Zsírsv3.78 g18.27 g4.87 g	FehérjeZsírT.Zsírsv10.20 g3.05 g1.06 g
		SzénhidrátCukorSó31.61 g0.00 g0.46 g	SzénhidrátCukorSó28.97 g0.11 g1.04 g	SzénhidrátCukorSó23.30 g0.00 g1.11 g	SzénhidrátCukorSó39.98 g20.91 g0.67 g	SzénhidrátCukorSó30.33 g0.00 g0.60 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-szulfít	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Danubia Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 65.
Cseportos adószám: 17783403-5-13
Adószám: 26215833-4-13
Élelmezésvezető

Tételes étlap 2025.07.21. - 2025.07.27.												
	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
7/21/2025	László (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves										
		T Narancs ízű limonádé	115,48	27,63	0,05	0,01	0,00	6,71	6,06	0,00		
		Snidlinges vajkrém	295,43	70,68	0,52	7,41	3,58	0,39	0,00	0,00	7	
		Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
		Paprikával	20,48	4,90	0,30	0,08	0,00	0,75	0,00	0,00		
		E Zöldséges burgonyaleves	485,70	116,20	2,12	5,01	0,60	15,42	0,06	0,36	9	
		Sült bécsi virsli	616,70	8,39	7,50	12,93	4,70	0,12	0,00	0,00		
		Téjfölös zöldbabfőzelékkel	523,87	125,33	3,43	6,67	1,50	12,66	0,00	0,51	1,7	
		Félbarna kenyérral	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
		U Zala felvágottas	170,39	40,76	2,73	3,19	1,17	0,23	0,00	0,40		
		Félbarna kenyér	648,65	155,18	5,88	0,60	0,18	31,38	0,00	0,00	1	
		Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
		Összesen:	3 866,94	785,97	31,03	38,93	12,76	111,48	6,12	1,41		
7/22/2025	László (00442)	Jászberény 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 Erőleves	112,08	26,81	1,19	0,67	0,01	3,96	0,00	0,28	9	
		Eperlevél tésztával	114,71	27,44	1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3	
		Paradicsomos	626,37	149,85	2,22	6,87	0,79	19,60	7,99	0,42	1,9	
		Hüsgombóc	576,91	138,02	7,83	9,94	3,50	4,14	0,00	0,37	3	
		1/2 adag Főtt burgonyával	176,38	42,20	1,13	0,09	0,01	9,00	0,00	0,01		
		Félbarna kenyérral	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
		U 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)	
		Kígyóborkával	12,29	2,94	0,25	0,03	0,19	0,43	0,11	0,01		
		Összesen:	3 836,91	917,92	34,39	27,52	8,79	132,10	20,59	2,85		
7/23/2025	László (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves										
		T Erdei gyümölcsös tea	172,03	41,15	0,10	0,02	0,00	10,01	10,00	0,00		
		Eatrendes Tepertőkrém	358,72	85,82	1,43	8,68	3,59	0,40	0,00	0,22	3,7,10,(12)	
		Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
		E Sárgabarack krémleves	391,23	93,60	1,29	1,77	0,99	17,48	7,79	0,31	1,7	
		Rántott sajt	815,34	195,06	12,00	15,85	0,95	0,15	0,00	1,88	7,(1),(3)	
		Kukoricás rizzsel	866,14	207,21	4,94	1,40	0,18	43,47	0,00	0,50		
		Majonézzel	1 772,28	423,99	0,65	46,58	5,99	0,02	0,00	0,10	3,10,(1),(7)	
		Görögdinnye	156,12	37,35	0,60	0,24	0,00	7,80	0,00	0,01		
		U Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
		Kockasajittal	314,79	75,31	4,18	6,25	3,72	0,50	0,00	0,70	7	
		Összesen:	5 897,05	1 410,78	34,51	81,80	15,56	130,76	17,79	4,21		
7/24/2025	László (00442)	Jászberény Óvoda 4-6										
		T Meggy ízű limonádé	112,24	26,85	0,09	0,05	0,00	6,23	5,99	0,00		
		Hot-dog	1 038,41	109,28	11,26	12,28	4,70	22,92	0,00	0,63	1,7	
		Ketchuppal	90,72	21,70	0,42	0,08	0,00	4,80	4,80	0,43		
		E Magyaros karalábeleves	191,38	43,96	1,62	0,82	0,11	7,94	0,03	0,68	1	
		Tarhonyáshús	1 811,39	433,35	18,08	19,61	5,26	45,60	0,00	0,54	1,3	
		Vitaminsalátával	167,05	39,96	0,98	0,21	0,03	8,39	4,00	0,53		
		U Helyben sült meggyes tásk	1 426,17	341,19	3,78	18,27	4,87	39,98	20,91	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:	5 055,48	1 068,47	36,83	51,92	14,97	146,36	35,73	3,50		
7/25/2025	László (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves										
		T Tej 1,5%*	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	7	
		Briós	572,72	137,01	3,61	3,22	1,32	23,24	5,73	0,32	1,3,7	
		E Magyaros burgonyaleves	234,23	56,04	1,32	1,58	0,18	8,89	0,01	0,30	9	
		Vadas sertésragu	813,70	194,66	9,67	14,76	4,82	5,51	0,50	0,77	1,7,10,(12)	
		Makaróni tésztával	1 032,32	246,97	10,20	4,30	0,69	41,57	0,00	4,35	1,3	
		U Szendvics sonkás	108,70	26,00	4,44	0,28	0,11	1,40	0,00	0,46		
		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		
		Összesen:	3 851,62	921,43	41,80	29,91	9,70	120,14	6,24	6,61		