

31. hét



Óvodás, iskolás alap étlap

07.28.-08.01.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Kakaó Natúr vajkrém Korpás kenyér Paradicsom	Erdei gyümölcsös limonádé Majorannás kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Uborka	Tej Sárgabaracklekvár Margarin Félbarna kenyér	Citromos limonádé Soproni felvágott Margarin Korpás zsemle	Turista felvágott Margarin Korpás kenyér
Leves	Lencsegulyás Félbarna kenyér	Tejfölös karfiolleves	Kukoricagaluska leves	Magyaros gombaleves	Kerti zöldségleves
Főétel	Tejbegríz Kakaó szórat Alma	Paprikás burgonya Kovászos uborka Félbarna kenyér	Paradicsomos káposztafőzelék Sertéspörkölt Félbarna kenyér	Sült sertésszelet Tejszínes snidlingmártás Párolt rizs	Csopaki sertésragu Orsó tészta
Uzsonna	Pulykamell sonka Margarin Korpás zsemle Paprika	Helyben sült vaníliás párna	Paprikás szalámi Margarin Zsemle	Helyben sült kajsziarackos háromszög Alma	Májusi felvágott Margarin Félbarna kenyér

Eatrend Danubia Kft.

2730 Albertirsa, Pesti út 65.

Csoportos adószám: 17783408-5-13

Adószám: 26215833-4-13

Heti étlap 2025.07.28. - 2025.08.01.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Kakaó[7] Natúr vajkrémes[7] Teljes kiőrlésű kenyér[1] Paradicsommal	Erdei gyümölcs íz limonádé Teljes kiőrlésű kenyér[1] Majorannás kenőmájassal Kígyóborkával	Tej[7] Barackleváros(12) Félbarna kenyér[1] Margarinnal(7)	Citrom íz limonádé Soproni felvágottas Korpás zsemle[1] Margarinnal(7)	Erdei gyümölcsös tea Turista felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér[1] Margarinnal(7)
		Energia: 359.95 Kcal / 1,504.59 KJ	Energia: 233.42 Kcal / 975.70 KJ	Energia: 298.45 Kcal / 1,247.52 KJ	Energia: 247.33 Kcal / 1,033.84 KJ	Energia: 229.48 Kcal / 959.23 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		13.25 g11.79 g5.56 g	8.20 g6.17 g2.43 g	12.73 g5.60 g2.71 g	7.47 g8.55 g3.32 g	7.18 g5.27 g1.85 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Magyaros lencsegulyás[1,7,10,(12)] Félbarna kenyérrel[1] Tejbedara[1,7] Kakaó szóráttal Alma	Tejfölös karfiolleves[1,7] Paprikás burgonya Félbarna kenyérrel[1] Kovásszos uborkával [15,(1)]	Kukoricagaluskaleves[3,9] Sertéspörkölt Paradicsomos káposztával[1] Félbarna kenyérrel[1]	Gombaleves[1] Sertéssült(1,10) Snidlinges tejszínes mártással[1,7] Párolt rizssel	Kerti zöldségleves[9] Csopaki sertésragu[1,7] Orsó tésztával[1,3]
		Energia: 621.74 Kcal / 2,598.87 KJ	Energia: 248.56 Kcal / 1,038.98 KJ	Energia: 422.77 Kcal / 1,767.18 KJ	Energia: 388.79 Kcal / 1,625.14 KJ	Energia: 467.68 Kcal / 1,954.90 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		22.75 g13.58 g3.95 g	10.94 g16.28 g4.52 g	15.58 g20.33 g5.29 g	18.01 g20.12 g4.38 g	20.06 g20.60 g5.07 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Pulykamell sonkás Korpás zsemle[1] Margarinnal(7) Paprikával	Vaníliakrémes táskas [1,6,7,(3,8,10,11,12)]	Paprikás szalámis Zsemle[1] Margarinnal(7)	Helyben sült kajsziarackos háromszög [1,7,(3,6,12)] Alma	Májusi felvágottas Félbarna kenyér[1] Margarinnal(7)
		Energia: 180.91 Kcal / 756.20 KJ	Energia: 323.78 Kcal / 1,353.40 KJ	Energia: 203.32 Kcal / 849.88 KJ	Energia: 393.37 Kcal / 1,644.29 KJ	Energia: 209.18 Kcal / 874.37 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		8.40 g2.99 g1.21 g	3.79 g18.39 g4.93 g	6.66 g6.93 g2.64 g	4.38 g18.87 g4.87 g	7.95 g5.52 g2.18 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	30.09 g0.00 g1.00 g	35.40 g12.83 g0.68 g	28.53 g0.00 g0.52 g	50.48 g20.91 g0.69 g	31.85 g0.00 g0.43 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.
Csoportos adószám: 17783408-5-11
Adószám: 26215833-4-13
Élelmezésvezető

Tételes étlap 2025.07.28. - 2025.08.03.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
7/28/2025	Laktóz (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves										
		T Kakaó	575,17	137,60	6,99	3,02	1,64	20,60	9,99	0,27	7	
		Natúr vajkrémes	317,52	75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	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	
		Paradicsommal	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00		
		E Magyaros lencsegulyás	851,05	203,60	10,94	9,75	2,36	17,74	0,00	0,38	1,7,10,(12)	
		Félbarna kenyérral	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
		Tejbedara	907,65	217,14	7,81	2,88	1,47	39,74	16,98	0,49	1,7	
		Kakaó szóráttal	297,76	71,23	0,46	0,05	0,03	17,52	17,48	0,00		
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		U Pulykamell sonkás	92,40	22,11	3,40	0,56	0,18	0,84	0,00	0,43		
		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)	
		Paprikával	20,48	4,90	0,30	0,08	0,00	0,75	0,00	0,00		
		Összesen:	4 859,69	1 162,60	44,40	28,36	10,72	181,21	44,45	2,24		
7/29/2025	Laktóz (00442)	Jászberény Óvoda 4-6										
		T Erdei gyümölcs ízű limonádé	120,99	28,95	0,16	0,00	0,00	6,98	5,99	0,00		
		Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
		Majorannás kenőmájással	248,79	59,52	2,23	5,41	2,20	5,12	0,10	0,34		
		Kígyóborkával	12,29	2,94	0,25	0,03	0,19	0,43	0,11	0,01		
		E Tejfölös karfiolleves	208,62	49,91	1,62	2,28	0,77	5,66	0,02	0,30	1,7	
		Paprikás burgonya	1 199,03	194,09	8,93	13,96	3,75	30,53	0,01	0,27		
		Kovászos uborkával	19,07	4,56	0,39	0,04	0,00	0,66	0,00	1,19	15,(1)	
		U Ha-si, vaníliás PP	1 353,39	323,78	3,79	18,39	4,93	35,40	12,83	0,68	1,6,7,(3),(8),(10),(1)	
		Összesen:	3 755,79	805,76	22,93	40,84	11,88	112,91	19,06	2,87		
7/30/2025	Laktóz (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	
		Barackleváros	120,83	28,91	0,05	0,00	0,00	7,13	7,13	0,00	(12)	
		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)	
		E Kukoricagaluska-leves	248,03	59,34	1,48	2,82	0,36	6,82	0,01	0,34	3,9	
		Sertéspörkölt	673,83	161,20	9,31	12,42	4,30	2,83	0,00	0,33		
		Paradicsomos káposztával	520,99	124,64	1,85	4,79	0,54	18,39	8,99	0,51	1	
		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		
		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:	3 864,54	924,54	34,97	32,86	10,64	121,37	16,13	2,03		
7/31/2025	Laktóz (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves										
		T Citrom ízű limonádé	110,63	26,47	0,03	0,04	0,00	6,22	5,99	0,00		
		Soproni felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
		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 Gombaleves	253,78	60,71	3,04	2,98	0,36	5,30	0,01	0,30	1	
		Sertéssült	453,51	108,49	10,62	6,92	1,80	0,99	0,32	0,11	(1),(10)	
		Snídlings tejszínes mártással	360,78	86,31	1,95	6,88	1,83	4,05	0,00	0,31	1,7	
		Párolt rizszel	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,66	42,63	0,00	0,30		
		U Helyben sült kajszibarackos	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:	4 752,94	1 137,06	31,86	49,93	12,84	138,23	27,23	3,12		
8/1/2025	Laktóz (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		
		Turista felvágottas	121,30	29,02	1,52	2,52	0,91	0,03	0,00	0,32		
		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 Kerti zöldségleves	132,87	31,79	1,02	1,56	0,18	3,32	0,01	0,31	9	
		Csopaki sertésragu	789,70	188,92	8,84	14,74	4,20	4,98	0,00	0,32	1,7	
		Orsó tésztával	1 032,32	246,97	10,20	4,30	0,69	41,57	0,00	0,67	1,3	
		U Májusi csemegés	153,39	36,70	2,07	2,92	1,10	0,47	0,00	0,37		
		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:	3 788,49	906,34	35,19	31,39	9,10	119,89	10,01	2,19		