

32. hét

Óvodás, iskolás alap étlap

08.04. - 08.08.	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Narancsos limonádé Vajkrém Rozskenyér Paprika	Tej Gabonagolyó	Barackos tea Tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér Újhagyma	Citromos limonádé Sülthúskrém Rozskenyér Uborka	Kakaó Kifli
Leves	Daragaluskaleves	Citromos almaleves	Húsgaluska leves	Zellerkrémleves Levesgyöngy	Tárkonyos zöldségleves
Főétel	Tökfőzelék Sertéspörkölt Félbarna kenyér	Sajtos vagdalt Petrezselymes burgonya	Kakaós aranygaluska Vanília sodóval Alma	Lecsós sertésragu Párolt rizs	Rakott karfiol bulgurral
Uzsonna	Helyben sült rácsos túrós Nektarin	Sertés párizsi Margarin Korpás zsemle Uborka	Kockasajt Kifli	Helyben sült sajtkrémes rúd Zabrudí	Mátraí diákcsemege Margarin Félbarna kenyér Salátalevél

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

Heti étlap 2025.08.04. - 2025.08.08.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Narancs ízű limonádé Natúr vajkrém[7] Rozskenyér[1] Paprikával	Tej [7] Gabonagolyóval (1,3,5,7)	Barackos tea Tonhalkrém[3,4,7,10,(1)] Teljes kiőrlésű kenyér[1] Újhagymával	Citromos limonádé Sült hűs krém[7,10,(12)] Rozskenyér[1] Kígyóborkával	Kakaó[7] Kifivel[1,(7)]
		Energia: 262.95 Kcal / 1,099.13 KJ	Energia: 208.05 Kcal / 869.65 KJ	Energia: 315.24 Kcal / 1,317.70 KJ	Energia: 255.50 Kcal / 1,067.99 KJ	Energia: 246.88 Kcal / 1,031.96 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		6.91 g9.17 g8.39 g	9.11 g3.18 g1.66 g	7.10 g9.62 g3.44 g	7.79 g8.21 g7.93 g	10.75 g3.30 g1.74 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Daragaluska leves[1,3,9] Sertéspörkölt Tökfőzelékkel[1,7] Félbarna kenyérral[1]	Citromos almaleves[1,7] Sajtos vagdalt[1,3,7] Petrezselymes burgonyával(7)	Húsgaluska leves[1,3,9] Kakaós aranygaluska[1,3,7] Vanília sodóval[1,7] Alma	Zellerkrémleves[1,7,9] Levesgyönggyel[1,3,7] Lecsós sertésragu Párolt rizsszel	Tárkonyos zöldségleves[1,7] Rakott karfiol burgorral[1,7]
		Energia: 487.82 Kcal / 2,039.09 KJ	Energia: 529.97 Kcal / 2,215.27 KJ	Energia: 665.87 Kcal / 2,783.34 KJ	Energia: 627.44 Kcal / 2,622.70 KJ	Energia: 398.77 Kcal / 1,666.86 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		18.27 g20.79 g6.48 g	17.56 g21.13 g7.32 g	17.60 g19.41 g6.42 g	17.23 g33.88 g9.51 g	17.93 g19.13 g5.78 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Helyben sült rácsos túrós táska [1,3,6,7,(8,11,12)] Nektarin	Sertés párizsis Korpás zsemle[1] Margarinnal(7) Kígyóborkával	Kifli[1,(7)] Natúr kockasajttal[7]	Helyben sült sajtkrém rúd[1,7] Zabrudil[6,(1,5,7,8,11)]	Diákcsemegés Félbarna kenyér[1] Margarinnal(7) Salátalevéllal
		Energia: 390.92 Kcal / 1,634.05 KJ	Energia: 199.48 Kcal / 833.83 KJ	Energia: 169.53 Kcal / 708.64 KJ	Energia: 285.65 Kcal / 1,194.02 KJ	Energia: 201.91 Kcal / 843.98 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		10.38 g19.15 g5.78 g	7.33 g6.02 g2.60 g	7.10 g5.28 g3.07 g	9.85 g6.51 g6.22 g	7.44 g5.13 g1.99 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	44.04 g0.00 g1.46 g	28.97 g0.11 g1.04 g	23.20 g0.00 g0.97 g	50.98 g8.10 g1.74 g	31.46 g0.00 g0.38 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.
Csoportos adószám: 17783408-5-11
Adószám: 26215833-4-13
Élelmezésvezető



Tételes étlap 2025.08.04. - 2025.08.10.												
	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
8/4/2025	bárány (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves A										
		T Narancs ízű limonádé	115,48	27,63	0,05	0,01	0,00	6,71	6,06	0,00		
		Natúr 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	
		Paprikával	20,48	4,90	0,30	0,08	0,00	0,75	0,00	0,00		
		E Daragaluska leves	258,76	61,90	2,10	0,32	0,04	12,44	0,02	0,94	1,3,9	
		Levesbetét	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	0,33		
		Tökfőzelékkel	667,52	159,69	2,73	7,40	1,99	20,21	6,99	0,09	1,7	
		Félbarna kenyérral	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
		U Helyben sült rácsos túrós táska	1 287,44	308,00	8,97	18,46	5,70	26,37	0,00	1,46	1,3,6,7,(8),(11),(12)	
		Nektarin	346,63	82,92	1,41	0,69	0,08	17,67	0,00	0,00		
		Összesen:	4 772,31	1 141,69	35,56	49,11	20,65	137,86	13,07	3,57		
8/5/2025	bárány (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	
		Gabonagolyó	463,93	110,99	2,31	0,18	0,03	24,90	0,00	0,68	(1),(3),(5),(7)	
		E Citromos almaleves	495,87	102,97	1,91	1,87	0,95	23,26	11,49	0,28	1,7	
		Sajtos vagdalt	863,22	206,51	11,07	13,29	4,80	9,43	0,00	0,68	1,3,7	
		Petrezselymes burgonyával	921,63	220,49	4,58	5,97	1,57	36,06	0,00	0,30	(7)	
		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)	
		Kigyóborkával	12,29	2,94	0,25	0,03	0,19	0,43	0,11	0,01		
		Összesen:	3 984,21	937,50	34,00	30,33	11,58	133,22	11,60	3,25		
8/6/2025	bárány (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves A										
		T Barackos tea	349,82	83,69	0,52	0,10	0,00	20,01	19,98	0,00		
		Tonhalkrémes	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	
		Újhagymával	16,88	4,04	0,23	0,02	0,00	0,92	0,00	0,01		
		E Húsgaluskaleves	286,55	67,46	3,55	3,07	1,06	6,26	0,01	1,29	1,3,9	
		Levesbetét	114,71	27,44	1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3	
		Kakaós aranygaluska	1 766,58	422,63	8,83	14,08	4,61	65,18	19,98	0,15	1,3,7	
		Vanília sodóval	401,93	96,16	3,43	1,31	0,69	17,54	5,59	0,11	1,7	
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		U Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
		Natúr kockasajttal	251,83	60,25	3,34	5,00	2,97	0,40	0,00	0,56	7	
		Összesen:	4 814,20	1 150,64	31,80	34,31	12,93	177,31	45,96	2,70		
8/7/2025	bárány (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves A										
		T Citrom ízű limonádé	110,63	26,47	0,03	0,04	0,00	6,22	5,99	0,00		
		Sült húskrémes	299,42	71,63	1,45	7,06	3,22	0,49	0,00	0,27	7,10,(12)	
		Rozskenyér	645,62	154,46	6,06	1,08	4,52	29,94	0,00	0,70	1	
		Kigyóborkával	12,29	2,94	0,25	0,03	0,19	0,43	0,11	0,01		
		E Zellerkrémleves	295,71	70,74	1,92	2,35	0,80	10,15	0,02	0,33	1,7,9	
		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	0,55		
		Párolt rizszel	1 006,76	240,85	4,40	5,73	0,66	42,63	0,00	0,25		
		U Helyben sült sajtkrémes rúd	685,52	164,00	7,99	2,31	3,61	33,28	0,00	1,69	1,7	
		Cornexi epres Zabrud	508,50	121,65	1,86	4,20	2,61	17,70	8,10	0,05	6,(1),(5),(7),(8),(11)	
		Összesen:	4 884,68	1 168,59	34,87	48,60	23,66	150,30	14,30	3,94		
8/8/2025	bárány (00442)	Jászberény Óvoda 4-6										
		T Kakaó	575,17	137,60	6,99	3,02	1,64	20,60	9,99	0,27	7	
		Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
		E Tárkonyos zöldségleves	201,16	48,12	2,22	0,78	0,35	7,93	0,01	0,31	1,7	
		Rakott karfiol bulgurral	1 465,74	350,65	15,71	18,35	5,43	30,79	0,00	0,44	1,7	
		U Diákcsemegés	121,30	29,02	1,52	2,52	0,91	0,03	0,00	0,32		
		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)	
		Salátalevéllal	1,73	0,41	0,04	0,01	0,00	0,05	0,00	0,00		
		Összesen:	3 542,85	847,56	36,12	27,56	9,51	113,58	10,00	1,81		