

34. hét



Óvodás, iskolás alap étlap

08.18. - 08.22.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej Briós	Csipkebogyó tea Tepertőkrém Eatrend módra Korpás kenyér Lilahagyma		Citromos limonádé Bécsi felvágott Margarin Rozskenyér Alma	Erdei gyümölcsös tea Sült paprikakrém Teljes kiőrlésű kenyér
Leves	Tejfölös Karfiolleves	Csontleves (eperlevél)		Lencsegulyás Félbarna kenyér	Meggyleves
Főétel	Bolognai spagetti Reszelt sajtszórat	Sertéspörkölt Szarvacska tészta		Tejbegríz Kakaó szórat	Rántott halszelet Törtburgonya Csemege uborka
Uzsonna	Szendvics sonka Margarin Rozskenyér Uborka	Helyben sült rácsos túrós Szilva		Helyben sült sajttal szórt pogácsa	Soproni felvágott Margarin Zsemle

Eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783408-5-10
 Adószám: 26215833-4-13
 3

Heti étlap 2025.08.18. - 2025.08.24.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Tej[7] Briós [1,3,7]	Csipkebogyós tea Tepertőkrémes[3,7,10,(12)] Teljeskiőrlésű kenyér[1], Lilahagymával		Citromos limonádé Bécsi felvágottas Rozskenyér[1] Margarinnal(7) Alma	Erdei gyümölcsös tea Sült paprikakrémes[7] Teljeskiőrlésű kenyér[1]
		Energia: 234.07 Kcal / 978.41 KJ	Energia: 327.14 Kcal / 1,367.45 KJ		Energia: 286.06 Kcal / 1,195.73 KJ	Energia: 250.31 Kcal / 1,046.30 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		10.41 g6.22 g2.95 g	7.95 g9.96 g3.81 g		9.07 g9.52 g7.71 g	6.19 g7.57 g3.33 g
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		33.84 g5.73 g0.59 g	50.23 g20.02 g0.37 g		40.42 g5.99 g1.61 g	38.97 g10.00 g0.48 g
		Tejfőlös karfiollevés[1,7] Bolognai(1,3,6,7,12) Spagetti [1,3] Reszelt sajt szórattal[7]	Csontleves [9,(1)] Eperlevéllel Sertéspörkölt[1] Szarvacska tésztával[1,3]		Lencsegyulás[1,7,10,(12)] Félbarna kenyérrel[1] Tejbedara[1,7] Kakaó szórattal	Meggylevés[1,7] Rántott halfilét[1,3,4] Tört burgonyával(7) Csemege uborkával[15,(12)]
		Energia: 524.07 Kcal / 2,190.61 KJ	Energia: 523.53 Kcal / 2,188.36 KJ		Energia: 569.56 Kcal / 2,380.76 KJ	Energia: 735.94 Kcal / 3,076.23 KJ
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		24.65 g22.78 g8.10 g	22.55 g22.26 g5.62 g		22.15 g12.98 g3.95 g	18.61 g42.19 g6.34 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		53.54 g1.75 g1.83 g	57.72 g0.04 g5.48 g		90.69 g34.46 g0.87 g	67.83 g7.99 g2.30 g
Szendvics sonkás Rozskenyér[1] Margarinnal(7) Kígyóuborkával	Óvoda 4-6 éves	Rácsos túrós táska [1,3,6,7,(8,11,12)] Szilva			Sajtos pogácsa [1,3,7]	Soproni felvágottas Zsemle[1] Margarinnal(7)
		Energia: 200.70 Kcal / 838.93 KJ	Energia: 331.24 Kcal / 1,384.58 KJ		Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ	Energia: 220.86 Kcal / 923.19 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		10.75 g3.39 g5.72 g	9.45 g19.06 g5.70 g		2.46 g13.10 g3.58 g	7.44 g8.51 g3.32 g
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		31.77 g0.11 g1.23 g	29.97 g0.00 g1.46 g		13.48 g0.00 g0.79 g	28.56 g0.00 g0.96 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 Albertirózsa, Pesti út 65.
Csoportos adószám: 17783408-5-10-11
Adószám: 26215833-4-13
Élelmezésvezető

Tételes étlap 2025.08.18. - 2025.08.24.												
	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
8/18/2025	Laktóz (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves A										
		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 Tejfölös karfiolleves	208,62	49,91	1,62	2,28	0,77	5,66	0,02	0,30	1,7	
		Bolognai spagetti	650,94	155,73	7,84	10,71	3,57	5,87	1,73	0,45	(1),(3),(6),(7),(12)	
		Reszelt trapista sajttal	1 032,32	246,97	10,20	4,30	0,69	41,57	0,00	0,67	1,3	
		U Szendvics sonkás	298,70	71,46	4,99	5,49	3,07	0,44	0,00	0,41	7	
		Rozskenyér	108,70	26,00	4,44	0,28	0,11	1,40	0,00	0,46		
		Margarinnal	645,62	154,46	6,06	1,08	4,52	29,94	0,00	0,70	1	
		Kigyóborkával	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
		Összesen:	12,29	2,94	0,25	0,03	0,19	0,43	0,11	0,01		
			4 007,94	958,84	45,81	32,39	16,77	119,15	7,59	3,65		
8/19/2025	Laktóz (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves A										
		T Csipkebogyós tea	341,04	81,59	0,16	0,03	0,00	20,00	19,99	0,00		
		Eatrend Tepertőkrémes	399,70	95,62	1,99	9,18	3,77	0,44	0,03	0,29	3,7,10,(12)	
		Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
		Lilahagymával	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
		E Csontleves	117,08	28,01	1,19	0,75	0,03	4,12	0,02	0,74	9,(1)	
		Eperlevél tésztával	114,71	27,44	1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3	
		Sertéspörkölt	924,24	221,11	9,97	16,86	4,84	7,18	0,02	0,34	1	
		Szarvacska tésztával	1 032,32	246,97	10,20	4,30	0,69	41,57	0,00	4,35	1,3	
		U Helyben sült rácosos 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)	
		Szilva	97,16	23,24	0,48	0,60	0,00	3,60	0,00	0,00		
		Összesen:	4 940,39	1 181,91	39,95	51,28	15,13	137,92	20,06	7,31		
8/21/2025	Laktóz (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		
		Bécsi felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
		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)	
		Alma	87,25	20,87	0,24	0,24	0,00	4,20	0,00	0,01		
		E Magyaros lencsegyulás	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		
		U Sajtos pogácsa PP	762,94	182,52	2,46	13,10	3,58	13,48	0,00	0,79	1,3,7	
		Összesen:	4 339,42	1 038,14	33,68	35,60	15,24	144,59	40,45	3,27		
8/22/2025	Laktóz (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves A										
		T Erdei gyümölcsös tea	172,03	41,15	0,10	0,02	0,00	10,01	10,00	0,00		
		Sült paprikakrémes	280,69	67,15	0,53	6,82	3,29	0,83	0,00	0,40	7	
		Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
		E Meggyleves	328,98	78,70	0,87	1,36	0,69	15,25	7,99	0,26	1,7	
		Rántott halfilé	1 749,70	418,59	13,24	32,31	4,13	17,52	0,00	0,77	1,3,4	
		Tört burgonyával	974,53	233,14	4,26	8,48	1,52	34,02	0,00	0,31	(7)	
		Csemege uborkával	23,02	5,51	0,24	0,04	0,00	1,04	0,00	0,96	15,(12)	
		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)	
		Összesen:	5 045,75	1 207,11	32,24	58,27	12,99	135,36	17,99	3,74		