

Heti étlap - 2025.12.08 - 12.14

Jászberény Óvoda 4-6 éves

HÉTFŐ Tízórai Erdei gyümölcsös tea Sertés párizsis Félbarna kenyér [1] Margarinnal [(7)] Paprikával Fehé.: 8,7g Zsír: 6,4g T.Zs.: 2,5g Szén.: 47,2g Cukor: 15,0g Só: 0,5g Ener.: 281,4kcal Ebéd Magyaros lencsegulyás [1,7,10,(12)] Teljes kiőrlésű kenyérrel [1] Tejbedara [1,7] Kakaó szóráttal Alma Fehé.: 22,2g Zsír: 13,3g T.Zs.: 3,9g Szén.: 93,3g Cukor: 34,5g Só: 0,9g Ener.: 583,9kcal Uzsonna Helyben sült sajtos pogácsa [1,3,7] Fehé.: 2,5g Zsír: 13,1g T.Zs.: 3,6g Szén.: 13,5g Cukor: 0,0g Só: 0,8g Ener.: 182,5kcal	KEDD Tízórai Vaníliás tej [7] Fatörzs kifli [1,3,7] Fehé.: 13,8g Zsír: 9,3g T.Zs.: 4,2g Szén.: 66,3g Cukor: 21,1g Só: 0,9g Ener.: 405,8kcal Ebéd Tavaszi zöldségleves [9] Paradicsomos [1,9] Húsgombóc [3] 1/2 adag Főtt burgonyával Teljes kiőrlésű kenyérrel [1] Fehé.: 15,6g Zsír: 18,1g T.Zs.: 4,4g Szén.: 55,4g Cukor: 8,0g Só: 1,4g Ener.: 453,3kcal Uzsonna Soproni felvágottas Zsemle [1] Margarinnal [(7)] Jégcsapretekkel Fehé.: 7,7g Zsír: 8,5g T.Zs.: 3,3g Szén.: 29,1g Cukor: 0,1g Só: 1,0g Ener.: 223,7kcal	SZERDA Tízórai Csipkebogyós tea Körözöttes [7] Teljes kiőrlésű kenyér [1] Paradicsommal Fehé.: 8,5g Zsír: 2,4g T.Zs.: 0,9g Szén.: 45,0g Cukor: 15,0g Só: 0,3g Ener.: 237,2kcal Ebéd Tojásleves [1,3] Sajtos-tejszínes csirkeragu [1,7] Párolt rizszel Fehé.: 23,9g Zsír: 18,6g T.Zs.: 4,3g Szén.: 64,6g Cukor: 0,0g Só: 0,8g Ener.: 523,7kcal Uzsonna Helyben sült kajszibarackos háromszög [1,7,(3,6,12)] Mézeskalács ízű Cornexi ZabRudi [1,6,7,(5,8,11)] Fehé.: 5,7g Zsír: 22,8g T.Zs.: 7,7g Szén.: 57,1g Cukor: 27,5g Só: 0,7g Ener.: 463,0kcal	CSÜTÖRTÖK Tízórai Meggyes tea Rozskenyér [1] Kenőmájassal Kígyóborkával Fehé.: 8,6g Zsír: 6,5g T.Zs.: 6,9g Szén.: 50,3g Cukor: 15,2g Só: 1,1g Ener.: 277,0kcal Ebéd Almaleves [1,7] Rántott csirkemell [1,3] Burgonyapürével [7] Vitaminalátával Fehé.: 23,1g Zsír: 17,8g T.Zs.: 3,8g Szén.: 82,2g Cukor: 12,0g Só: 2,3g Ener.: 570,5kcal Uzsonna Zott Szívecske Pud. vaníliás önt. [7] Kifli [1,(7)] Kivi Fehé.: 4,8g Zsír: 0,9g T.Zs.: 0,1g Szén.: 34,1g Cukor: 0,0g Só: 0,4g Ener.: 170,2kcal	PÉNTEK Tízórai Tehéntej 1,5% [7] Barackleváros [(12)] Félbarna kenyér [1] Margarinnal [(7)] Fehé.: 12,7g Zsír: 5,6g T.Zs.: 2,7g Szén.: 49,1g Cukor: 7,1g Só: 0,3g Ener.: 298,5kcal Ebéd Daragaluska leves [1,3,9] Levesbetét [1,3] Vadas sertésragu [1,7,10,(12)] spagetti [1,3] Fehé.: 23,6g Zsír: 19,8g T.Zs.: 5,6g Szén.: 67,3g Cukor: 0,5g Só: 2,1g Ener.: 545,0kcal Uzsonna Teljes kiőrlésű kenyér [1] Trapista sajt szelettel [7] Margarinnal [(7)] Kápia paprikával Fehé.: 11,3g Zsír: 8,4g T.Zs.: 4,5g Szén.: 29,1g Cukor: 0,0g Só: 0,6g Ener.: 237,6kcal	SZOMBAT Tízórai Barackos tea Majonézes tojáskrémes [3,7,10,(1,12)] Rozskenyér [1] Fehé.: 8,8g Zsír: 11,8g T.Zs.: 7,7g Szén.: 45,4g Cukor: 15,1g Só: 1,0g Ener.: 330,3kcal Ebéd Pandúrleves [1,7,9] Mákos guba [1,7,(12)] Vanília sodóval [1,7] Fehé.: 21,7g Zsír: 18,9g T.Zs.: 5,4g Szén.: 70,2g Cukor: 17,6g Só: 2,1g Ener.: 539,1kcal Uzsonna Csirkemellsonkás Zsemle [1] Margarinnal [(7)] Kígyóborkával Fehé.: 8,3g Zsír: 2,9g T.Zs.: 1,4g Szén.: 29,7g Cukor: 0,1g Só: 0,6g Ener.: 178,4kcal
---	--	--	---	--	--

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változtatásokról az érintett intézményeket értesítjük. Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

1 - glutén	2 - rák	3 - tojás	4 - hal	5 - földimogyoró
6 - szója	7 - tejtermék, laktóz	8 - diófélék	9 - zeller	10 - mustár
11 - szeszám	12 - kén-dioxid - szulfid	13 - csillagfürt	14 - puhatestűek	15 - mesterséges édesítőszer

50. hét



Óvodás, iskolás étlap

12.08. - 12.13.

	Étkeztető	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Erdei gyümölcs tea Sertés párizsi Félbarna kenyér Margarin Paprika	Vaníliás tej Fatörzs kifli	Csipkebogyó tea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Meggyes tea Kenőmájás Rozskenyér Kígyóuborka	Tej Baracklevél Félbarna kenyér Margarin	Barackos tea Tojáskrémmel Rozskenyér
Leves	Lencseleves Teljes kiőrlésű kenyér	Tavaszi zöldségleves	Tojásleves	Fahéjas almaleves	Grízgaluska leves	Pandúrleves
Főétel	Tejbegríz Kakaó szórat Alma	Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya 1/2 Teljes kiőrlésű kenyér	Sajtmártásos csirkeragu Párolt rizs	Rántott sertésszelet Burgonyapüré Vitamin saláta	Vadas sertésragu Spagetti	Mákos guba Vanília öntet
Uzsonna	Helyben sült sajttal szórt pogácsa	Soproni felvágott Zsemle Margarin Jégcsapretek	Helyben sült kajszibarackos háromszög Zabrudai	Poharas puding Kifli Kiwi	Sajt szelet Teljes kiőrlésű kenyér Margarin Paprika (Kápi)	Csirkemell sonka Zsemle Margarin Kígyóuborka

Eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783403-5-11-
 Adószám: 26215833-4-13
 3

Heti étlap 2025.12.08. - 2025.12.12.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Erdei gyümölcsös tea Sertés párizsis Félbarna kenyér[1] Margarinnal(7) Paprikával	Vaníliás tej[7] Fatörzs kifli[1,3,7]	Csipebogyós tea Körözöttes[7] Teljes kiőrlésű kenyér[1] Paradicsommal	Meggyes tea Rozskenyér[1] Kenőmájassal Kígyóuborkával	Tehéntej 1,5%[7] Barackleváros(12) Félbarna kenyér[1] Margarinnal(7)
		Energia: 281.40 Kcal / 1,176.25 KJ	Energia: 405.78 Kcal / 1,696.16 KJ	Energia: 237.15 Kcal / 991.29 KJ	Energia: 276.99 Kcal / 1,157.82 KJ	Energia: 298.45 Kcal / 1,247.52 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		8.69 g6.35 g2.46 g	13.81 g9.25 g4.20 g	8.52 g2.42 g0.93 g	8.59 g6.53 g6.87 g	12.73 g5.60 g2.71 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Magyaros lencsegulyás[1,7,10,(12)] Teljes kiőrlésű kenyérral[1] Tejbedara[1,7] Kakaó szóráttal Alma	Tavaszi zöldségleves[9] Paradicsomos[1,9] Húsgombóc [3] 1/2 adag Főtt burgonyával Teljes kiőrlésű kenyérral[1]	Tojásleves[1,3] Sajtos-tejszínes csirkeragu[1,7] Párolt rizszel	Almaleves[1,7] Rántott csirkemell[1,3] Burgonyapürével[7] Vitaminsalátával	Daragaluska leves[1,3,9] Vadas sertésragu [1,7,10,(12)] Spagettivel [1,3]
		Energia: 583.85 Kcal / 2,440.49 KJ	Energia: 453.31 Kcal / 1,894.84 KJ	Energia: 523.72 Kcal / 2,189.15 KJ	Energia: 570.45 Kcal / 2,384.48 KJ	Energia: 545.03 Kcal / 2,278.23 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		22.23 g13.29 g3.88 g	15.55 g18.08 g4.37 g	23.91 g18.59 g4.30 g	23.09 g17.79 g3.75 g	23.63 g19.79 g5.63 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Helyben sült sajtos pogácsa[1,3,7]	Soproni felvágottas Zsemle[1] Margarinnal(7) Jégcsapretekkel	Helyben sült kajsziarackos háromszög[1,7,(3,6,12)] Mézeckskalács ízű Comexi ZabRudi [1,6,7,(5,8,11)]	Puding[7] Kiflivel[1,(7)] Kivi	Teljes kiőrlésű kenyér[1] Trapista sajt szelettel[7] Margarinnal(7) Kápia paprikával
		Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ	Energia: 223.68 Kcal / 934.98 KJ	Energia: 462.99 Kcal / 1,935.30 KJ	Energia: 170.18 Kcal / 711.35 KJ	Energia: 237.60 Kcal / 993.17 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		2.46 g13.10 g3.58 g	7.66 g8.53 g3.33 g	5.70 g22.77 g7.69 g	4.76 g0.88 g0.10 g	11.34 g8.41 g4.51 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Erdei gyümölcsös tea Sertés párizsis Félbarna kenyér[1] Margarinnal(7) Paprikával	Vaníliás tej[7] Fatörzs kifli[1,3,7]	Csipebogyós tea Körözöttes[7] Teljes kiőrlésű kenyér[1] Paradicsommal	Meggyes tea Rozskenyér[1] Kenőmájassal Kígyóuborkával	Tehéntej 1,5%[7] Barackleváros(12) Félbarna kenyér[1] Margarinnal(7)
		Energia: 281.40 Kcal / 1,176.25 KJ	Energia: 405.78 Kcal / 1,696.16 KJ	Energia: 237.15 Kcal / 991.29 KJ	Energia: 276.99 Kcal / 1,157.82 KJ	Energia: 298.45 Kcal / 1,247.52 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		8.69 g6.35 g2.46 g	13.81 g9.25 g4.20 g	8.52 g2.42 g0.93 g	8.59 g6.53 g6.87 g	12.73 g5.60 g2.71 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Magyaros lencsegulyás[1,7,10,(12)] Teljes kiőrlésű kenyérral[1] Tejbedara[1,7] Kakaó szóráttal Alma	Tavaszi zöldségleves[9] Paradicsomos[1,9] Húsgombóc [3] 1/2 adag Főtt burgonyával Teljes kiőrlésű kenyérral[1]	Tojásleves[1,3] Sajtos-tejszínes csirkeragu[1,7] Párolt rizszel	Almaleves[1,7] Rántott csirkemell[1,3] Burgonyapürével[7] Vitaminsalátával	Daragaluska leves[1,3,9] Vadas sertésragu [1,7,10,(12)] Spagettivel [1,3]
		Energia: 583.85 Kcal / 2,440.49 KJ	Energia: 453.31 Kcal / 1,894.84 KJ	Energia: 523.72 Kcal / 2,189.15 KJ	Energia: 570.45 Kcal / 2,384.48 KJ	Energia: 545.03 Kcal / 2,278.23 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		22.23 g13.29 g3.88 g	15.55 g18.08 g4.37 g	23.91 g18.59 g4.30 g	23.09 g17.79 g3.75 g	23.63 g19.79 g5.63 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Helyben sült sajtos pogácsa[1,3,7]	Soproni felvágottas Zsemle[1] Margarinnal(7) Jégcsapretekkel	Helyben sült kajsziarackos háromszög[1,7,(3,6,12)] Mézeckskalács ízű Comexi ZabRudi [1,6,7,(5,8,11)]	Puding[7] Kiflivel[1,(7)] Kivi	Teljes kiőrlésű kenyér[1] Trapista sajt szelettel[7] Margarinnal(7) Kápia paprikával
		Energia: 182.52 Kcal / 762.93 KJ	Energia: 223.68 Kcal / 934.98 KJ	Energia: 462.99 Kcal / 1,935.30 KJ	Energia: 170.18 Kcal / 711.35 KJ	Energia: 237.60 Kcal / 993.17 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		2.46 g13.10 g3.58 g	7.66 g8.53 g3.33 g	5.70 g22.77 g7.69 g	4.76 g0.88 g0.10 g	11.34 g8.41 g4.51 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó

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-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám 14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndiox 15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

Eatrend Danubia Kft.

2730 Albertirózsa, Pesti út 65.
Célnyilvántartási szám: 17783403-5-13
Adószám: 26215833-4-13

Élelmézésvezető

Tételes étlap 2025.12.08. - 2025.12.14.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsírsv (g)	Szenhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
12/8/2025	Laktóz (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves A										
		T Erdei gyümölcsös tea	256,59	61,38	0,13	0,03	0,00	15,00	14,99	0,00		
		Sertés párizsis	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46		
		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)		
		Paprikával	20,48	4,90	0,30	0,08	0,00	0,75	0,00	0,00		
		E Magyaros lencsegyűás	851,05	203,60	10,94	9,75	2,36	17,74	0,00	0,38 1,7,10,(12)		
		Teljes kiőrlésű kenyérrel	296,80	71,01	2,78	0,37	0,02	14,07	0,00	0,04 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	87,25	20,87	0,24	0,24	0,00	4,20	0,00	0,01		
		U Helyben sült sajtos pogácsa	762,94	182,52	2,46	13,10	3,58	13,48	0,00	0,79 1,3,7		
		Összesen:	4 379,73	1 047,77	33,38	32,74	9,92	153,92	49,45	2,23		
12/9/2025	Laktóz (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves A										
		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 Tavaszi zöldség leves	164,21	39,28	1,64	1,12	0,13	5,47	0,01	0,34 9		
		Paradicsomos	626,37	149,85	2,22	6,87	0,79	19,60	7,99	0,55 1,9		
		Húsgombóc	631,04	150,97	7,78	9,63	3,42	7,23	0,00	0,32 3		
		1/2 adag Főtt burgonyával	176,38	42,20	1,13	0,09	0,01	9,00	0,00	0,13		
		Teljes kiőrlésű kenyérrel	296,80	71,01	2,78	0,37	0,02	14,07	0,00	0,04 1		
		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)		
		Jégcsapretekkel	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	0,13	0,01		
		Összesen:	4 525,97	1 082,77	37,02	35,86	11,90	150,80	29,25	3,24		
12/10/2025	Laktóz (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves										
		T Csipkebogyós tea	256,59	61,38	0,13	0,03	0,00	15,00	14,99	0,00		
		Körözöttes	122,82	29,38	2,63	1,62	0,88	1,03	0,00	0,26 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 Tojáseleves	146,19	34,97	1,74	2,02	0,41	2,45	0,01	0,28 1,3		
		Sajtos-tejszínes csirkeragu	722,15	172,76	16,81	7,09	2,80	10,22	0,00	0,30 1,7		
		Párolt rizzsel	1 320,82	315,99	5,36	9,48	1,09	51,93	0,00	0,26		
		U Helyben sült kajszi barackos	1 426,17	341,19	3,78	18,27	4,87	39,98	20,91	0,67 1,7,(3),(6),(12)		
		Mézecskalács ízű Cornexi ZabRudi	509,12	121,80	1,92	4,50	2,82	17,10	6,60	0,06 1,6,7,(5),(8),(11)		
		Összesen:	5 115,78	1 223,86	38,13	43,78	12,92	166,64	42,51	1,91		
12/11/2025	Laktóz (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves A										
		T Meggyes tea	256,59	61,38	0,13	0,03	0,00	15,00	14,99	0,00		
		Rozskenyér	645,62	154,46	6,06	1,08	4,52	29,94	0,00	0,70 1		
		Kenőmájással	245,80	58,80	2,20	5,40	2,20	5,00	0,10	0,34		
		Kigyóborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01		
		E Almaleves	389,57	75,81	1,40	1,65	0,82	17,95	7,99	0,31 1,7		
		Rántott csirkemell	938,14	224,43	15,01	10,14	1,24	17,93	0,00	1,04 1,3		
		Burgonyapürével	962,43	230,25	5,70	5,79	1,66	37,88	0,00	0,38 7		
		Vitaminsalátával	167,05	39,96	0,98	0,21	0,03	8,39	4,00	0,53		
		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)		
		Kivi	254,56	60,90	1,00	0,60	0,00	11,30	0,00	0,01		
		Összesen:	4 326,38	1 017,62	36,44	25,20	10,72	166,53	27,17	3,73		
12/12/2025	Laktóz (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves A										
		T Tehéntej 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 Daragluska leves	317,52	75,96	2,57	0,38	0,06	15,32	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		
		Vadas sertésragu	813,70	194,66	9,67	14,76	4,82	5,51	0,50	0,43 1,7,10,(12)		
		spagetti	1 032,32	246,97	10,20	4,30	0,69	41,57	0,00	0,67 1,3		
		U Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08 1		
		Trappista sajt szelettel	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49 7		
		Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06 (7)		
		Kápi paprikával	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00		
		Összesen:	4 518,94	1 081,08	47,70	33,80	12,85	145,41	7,65	3,05		
12/13/2025	Laktóz (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves A										
		T Barackos tea	256,59	61,38	0,13	0,03	0,00	15,00	14,99	0,00		
		Majonéz tojáskrém	478,28	114,42	2,57	10,65	3,13	0,46	0,06	0,34 3,7,10,(1),(12)		
		Rozskenyér	645,62	154,46	6,06	1,08	4,52	29,94	0,00	0,70 1		
		E Pandúrleves	563,26	132,93	6,75	8,67	1,86	7,23	0,02	1,11 1,7,9		
		Mákos guba	1 295,84	310,01	11,53	8,96	2,88	45,45	11,99	0,87 1,7,(12)		
		Vanília sodóval	401,93	96,16	3,43	1,31	0,69	17,54	5,59	0,11 1,7		
		U Csirkemellsonkás	92,40	22,11	3,40	0,56	0,18	0,84	0,00	0,43		
		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)		
		Kigyóborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01		
		Összesen:	4 387,05	1 047,72	38,77	33,63	14,44	145,30	32,74	3,69		