

19. hét

Óvodás, iskolás étlap

05.04-05.08	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Kakaó Kalács	Erdei gyümölcsstea Hot-dog Pirított hagyma	Limonádé Tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma	Barackos tea Kenőmájas Félbarna kenyér Jégcsapretek	Almás-fahéjas tea Főtt tojáskarika Margarin Kígyóuborka Teljes kiőrlésű kenyér
Leves	Daragaluska leves	Jókai bableves Teljes kiőrlésű kenyér	Tojásleves	Karalábéleves	Erdei gyümölcsleves
Főétel	Paradicsomos káposzta Sertés pörkölt Teljes kiőrlésű kenyér	Vaníliás piskóta Csokoládé öntet Banán	Panírozott dínó Zöldborsófőzelék Rozskenyér	Carbonara spagetti Reszelt sajt	BBQ sertéssült Párolt rizs Coleslaw
Felnőtt	Stefánia vagdalt Petrezselymes burgonya	Dejós tészta Banán	Marhapörkölt Galuskával Ecetes almapaprika	Görög rakott burgonya	Rántott tilápia Kukoricás rizs Tartármártás
Uzsonna	Helyben sült csokoládékrémes rúd	Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű zsemle Paprika	Bécsi felvágott Margarin Félbarna kenyér	Helyben sült sajtos pogácsa Alma	Sonkás kockasajt Kifli

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

Heti étlap 2026.05.04. - 2026.05.08.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Kakaó[7], Kalács[1,3,7]	Erdei gyümölcsös tea, Hot-dog[1,7], Pirított hagymával, Ketchuppal	Citrom ízű limonádé, Tonhalkrém[3,4,7,10,(1)], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Póréhagymakarikával	Barackos tea, Félbarna kenyér[1], Kenőmájassal, Jégcsapretekkel	Almás-fahéjas tea, Főtt tojáskarikával[3], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Margarinnal(7), Kígyóuborkával
		Energia: 382.23 Kcal / 1,597.72 KJ	Energia: 343.22 Kcal / 1,434.66 KJ	Energia: 261.36 Kcal / 1,092.48 KJ	Energia: 278.18 Kcal / 1,162.79 KJ	Energia: 305.10 Kcal / 1,275.32 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		14.06 g9.53 g4.36 g	12.39 g12.45 g4.70 g	6.82 g9.60 g3.44 g	8.43 g6.05 g2.39 g	11.39 g7.68 g2.59 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Daragaluska leves[1,3,9], Paradicsomos káposztával[1], Sertéspörkölt, Teljes kiőrlésű kenyérrel[1]	Jócai bableves[1,7,9], Teljes kiőrlésű kenyérrel[1], Vaníliás piskóta[1,3,7], Csokoládé öntettel[7,15], Banán	Tojásleves[1,3], Panírozott dinó, Zöldborsófőzelékkel[1,7], Rozskenyérrel[1]	Magyaros karalábéleves[1], Kiskocka tésztával[1,3], Carbonara [1,7,(3,6,9,10,12)], spagetti[1,3], Reszelt trappista sajttal[7]	Erdei gyümölcsleves[1,7], BBQ Sertéssült[1,(3,6,7,10,11)], Párolt rizsszel, Coleslaw salátával[3,7,10,(1,12)]
		Energia: 427.34 Kcal / 1,786.28 KJ	Energia: 944.91 Kcal / 3,949.72 KJ	Energia: 415.71 Kcal / 1,737.67 KJ	Energia: 520.57 Kcal / 2,175.98 KJ	Energia: 661.83 Kcal / 2,766.45 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		16.32 g17.94 g4.92 g	24.04 g30.12 g7.39 g	14.25 g15.10 g4.36 g	29.23 g18.38 g7.48 g	18.47 g28.50 g5.11 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Kakaócsiga[1,7,(3)]	Magyaros vajkrém[7], Teljes kiőrlésű zsemle[1], Paprikával	Bécsi felvágottas , Félbarna kenyér[1], Margarinnal(7)	Helyben sült sajtos pogácsa[1,3,7], Alma	Kifli[1,(7)], Sonkás kockasajttal[7]
		Energia: 191.54 Kcal / 800.64 KJ	Energia: 79.88 Kcal / 333.90 KJ	Energia: 239.44 Kcal / 1,000.86 KJ	Energia: 234.70 Kcal / 981.05 KJ	Energia: 305.93 Kcal / 1,278.79 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		3.17 g11.76 g4.03 g	0.74 g8.06 g3.87 g	8.62 g8.76 g3.37 g	3.06 g13.70 g3.58 g	13.16 g14.58 g8.90 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az e 7-tejtermék,laktóz

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: m 8-diófélék

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén

2-rák

3-tojás

4-hal

5-földimogyoró

6-szója

9-zeller

10-mustár 13-csillagfűrt

11-szezám 14-puhatestűek

12-kéndiox 15-mesterséges édesítőszer

16-édesgyökér

Eatrend Danubia Kft.

2730 Albertirózsa, Részli út 65.....

Csoportos adószám: 17783408-5-10

Adószám: 26240032-1-01

3

Táplálék naplózás 2026.05.04. - 2026.05.10.											
Időpont	Élelmiszer	Energia (kJ)	Energia (kcal)	Zsír (g)	Fehérje (g)	Zsír (g)	Fehérje (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Alkohol (g)
5/4/2026 (00442)	Jászberény Öcsöd 4-6 éves A										
	T Kakaó	586.63	140.34	6.99	3.22	1.76	20.70	9.99	0.27	7	
	Kalács	1 011.09	241.89	7.07	6.31	2.60	38.91	4.58	0.63	13,7	
	E Daragatúska leves	294.64	70.49	2.38	0.36	0.06	14.22	0.02	0.93	1,3,9	
	Paradicsomos káposztával	520.99	124.64	1.85	4.79	0.54	18.39	8.99	0.51	1	
	Sertéssopóval	673.83	161.20	9.31	12.42	4.30	2.83	0.00	0.33		
	Teljes kiőrlésű kenyérral	296.80	71.01	2.78	0.37	0.02	14.07	0.00	0.04	1	
	U Helyben sült kakaós csiga	684.83	163.83	1.81	8.77	2.34	19.20	10.04	0.32	1,7,(3),(6),(12)	
	Összesen:	4 068.81	973.40	32.19	36.24	11.62	128.32	33.62	3.03		
5/5/2026 (00442)	Jászberény Öcsöd 4-6 éves A										
	T Erdei gyümölcsös tea	257.87	61.69	0.18	0.04	0.00	15.00	14.99	0.00		
	Heti-sag	1 038.41	248.42	11.26	12.26	4.70	22.92	0.00	0.63	1,7	
	Pirított hagymával	47.71	11.41	0.53	0.05	0.00	2.21	0.00	0.01		
	E Ketchuppal	90.72	21.70	0.42	0.08	0.00	4.80	4.80	0.43		
	Jókai babileves	791.60	188.47	9.49	9.18	2.67	16.99	0.03	0.91	1,7,9	
	Teljes kiőrlésű kenyérral	296.80	71.01	2.78	0.37	0.02	14.07	0.00	0.04	1	
	Vannília piskóta	1 333.71	319.07	4.79	10.19	1.41	51.60	24.98	0.33	1,3,7	
	Csokoládé öntettel	873.23	208.91	5.03	10.23	3.29	23.94	11.24	0.21	7,15	
	Banán	658.16	157.45	1.95	0.15	0.00	36.30	0.00	0.08		
5/6/2026 (00442)	Jászberény Öcsöd 4-6 éves A										
	U Magyaros vajkrém	317.52	75.96	0.50	8.00	3.87	0.40	0.00	0.00	7	
	Teljes kiőrlésű zsemle	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1	
	Paprikával	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
	Összesen:	5 722.11	1 388.01	37.17	50.63	15.96	188.83	56.04	2.64		
5/6/2026 (00442)	Jászberény Öcsöd 4-6 éves A										
	T Citrom ízű limonádé	110.63	26.47	0.03	0.04	0.00	6.22	5.99	0.00		
	Tonhalkrém	357.38	85.50	0.79	8.77	3.40	0.72	0.40	0.02	3,4,7,10,(11)	
	Teljes kiőrlésű kenyér	593.61	142.01	5.56	0.73	0.04	28.13	0.00	0.08	1	
	Pöréghagymakarikával	30.83	7.38	0.44	0.06	0.00	1.26	0.00	0.00		
	E Tojásleves	295.71	70.74	2.17	4.58	0.72	5.15	0.01	0.28	1,3	
	Panírozott dinó	94.18	22.53	0.56	1.59	0.24	1.38	0.06	0.08		
	Zöldborócskával	1 024.96	245.21	8.49	8.39	1.14	33.40	11.99	0.30	1,7	
	Rozskenyérrel	322.81	77.23	3.03	0.54	2.26	14.97	0.00	0.35	1	
	U Bácsai felvágottas	279.89	66.96	2.74	6.16	2.29	0.06	0.00	0.84		
5/7/2026 (00442)	Jászberény Öcsöd 4-6 éves A										
	Félbarna kenyér	648.65	155.18	5.88	0.60	0.18	31.38	0.00	0.00	1	
	Kenőmájjal	245.80	58.80	2.20	5.40	2.20	5.00	0.10	0.34		
	Jágersaprétekkel	11.80	2.82	0.22	0.02	0.01	0.53	0.13	0.01		
	E Magyaros karalábéleves	167.70	40.12	1.35	0.80	0.11	6.86	0.03	0.32	1	
	Carbonara	563.96	134.92	11.19	7.45	3.07	5.56	0.00	1.83	1,7,(3),(6),(9),(10),	
	spagetti	1 032.32	246.97	10.20	4.30	0.69	41.57	0.00	0.67	1,3	
	Reszelt trappista sajttal	310.88	74.37	5.54	5.62	3.57	0.32	0.32	0.49	7	
	U Helyben sült sajtos pogácsa	762.94	182.52	2.46	13.10	3.58	13.48	0.00	0.79	1,3,7	
	Alma	218.12	52.18	0.60	0.60	0.00	10.50	0.00	0.02		
5/8/2026 (00442)	Jászberény Öcsöd 4-6 éves A										
	Összesen:	4 218.76	1 009.26	39.77	37.92	13.41	130.20	15.57	4.47		
	T Almás-fahéjas tea	256.59	61.38	0.13	0.03	0.00	15.00	14.99	0.00		
	Főtt tojásokkal	342.99	82.06	5.50	4.90	1.50	0.35	0.15	0.18	3	
	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)	
	Kigyóborkával	9.83	2.35	0.20	0.02	0.15	0.34	0.09	0.01		
	E Erdei gyümölcsleves	423.59	96.64	1.01	1.18	0.60	21.33	12.99	0.26	1,7	
	BBQ Sertéssült	456.69	109.26	10.63	6.87	1.77	1.06	0.03	0.91	1,(3),(6),(7),(10),(11)	
5/9/2026 (00442)	Jászberény Öcsöd 4-6 éves A										
	Párolt rizszel	1 320.82	315.99	5.36	9.48	1.09	51.93	0.00	0.26		
	Coleslaw saláttal	584.96	139.94	1.47	10.97	1.65	8.47	3.50	0.88	3,7,10,(11),(12)	
	U Kifli	456.79	109.28	3.76	0.28	0.10	22.80	0.00	0.41	1,(7)	
	Sonkás kockasajttal	822.00	196.65	9.40	14.30	8.80	4.90	4.90	1.50	7	
	Összesen:	5 340.18	1 272.86	43.02	50.76	16.60	154.31	36.65	4.55		