

HÉTFŐ

Tízórai

Vanília 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

Csontleves [9,(1)]
 Csirkepaprikás [1,7]
 Galuskával [1,3,7]
 Uborkasalátával
 Fehé.: 26.7g Zsír: 6.3g T.Zs.: 1.5g
 Szén.: 58.7g Cukor: 4.2g Só: 3.9g
 Ener.: 406.9kcal

Uzsonna

Helyben sült ribizlis párna [1,7]
 Alma
 Fehé.: 4.8g Zsír: 11.3g T.Zs.: 4.9g
 Szén.: 48.3g Cukor: 13.8g Só: 0.4g
 Ener.: 319.2kcal

KEDD

Tízórai

Csipkebogyós tea
 Eatrend Tepertőkrémes [3,7,10,(1,12)]
 Teljes kiőrlésű zsemle [1]
 Paradicsommal
 Fehé.: 2.7g Zsír: 8.3g T.Zs.: 3.5g
 Szén.: 16.2g Cukor: 15.0g Só: 0.4g
 Ener.: 124.8kcal

Ebéd

Magyaros zöldborsóleves
 Lenmagos húsgolyó [1,3]
 Tökfőzelékkel [1,7]
 Teljes kiőrlésű kenyérrel [1]
 Fehé.: 18.1g Zsír: 28.0g T.Zs.: 7.2g
 Szén.: 48.8g Cukor: 7.0g Só: 2.7g
 Ener.: 527.3kcal

Uzsonna

Eper ízű gyümölcsjoghurt [7,(1)]
 Kifli [1,(7)]
 Fehé.: 9.4g Zsír: 6.1g T.Zs.: 3.2g
 Szén.: 45.3g Cukor: 22.5g Só: 0.9g
 Ener.: 275.4kcal

SZERDA

Tízórai

Tehéntej 1,5% [7]
 Zöldfűszeres sajtkrémes [7]
 Teljes kiőrlésű kenyér [1]
 Kígyóborkával
 Fehé.: 13.7g Zsír: 11.5g T.Zs.: 6.4g
 Szén.: 39.5g Cukor: 0.1g Só: 0.6g
 Ener.: 317.4kcal

Ebéd

Paradicsomleves [1,9]
 Rántott csirkemell corn flakes bundában [1,3]
 Rizi-bizivel
 Fűszeres tartármártással [3,7,10,15,(1,12)]
 Fehé.: 22.9g Zsír: 48.0g T.Zs.: 6.1g
 Szén.: 77.6g Cukor: 3.2g Só: 1.8g
 Ener.: 838.8kcal

Uzsonna

Májusi csemegés
 Félbarna kenyér [1]
 Margarinnal [(7)]
 Fehé.: 8.0g Zsír: 5.5g T.Zs.: 2.2g
 Szén.: 31.9g Cukor: 0.0g Só: 0.4g
 Ener.: 209.2kcal

CSÜTÖRTÖK

Tízórai

Narancs ízű limonádé
 Füstölt csirkemellsonkás [(1,6,7)]
 Rozskenyér [1]
 Margarinnal [(7)]
 Paprikával
 Fehé.: 9.8g Zsír: 3.7g T.Zs.: 5.6g
 Szén.: 38.1g Cukor: 6.1g Só: 1.2g
 Ener.: 225.4kcal

Ebéd

Legényfogó leves [1,7]
 Főtt tojás [3]
 Sóska mártás [1,7]
 1/2 adag Főtt burgonyával
 Teljes kiőrlésű kenyérrel [1]
 Fehé.: 28.9g Zsír: 17.8g T.Zs.: 5.4g
 Szén.: 56.1g Cukor: 5.3g Só: 2.1g
 Ener.: 533.9kcal

Uzsonna

Helyben sült gesztenyés rúd [6,(5,8)]
 Alma
 Fehé.: 2.0g Zsír: 5.3g T.Zs.: 0.9g
 Szén.: 36.1g Cukor: 17.6g Só: 0.1g
 Ener.: 202.9kcal

PÉNTEK

Tízórai

Erdei gyümölcsös tea
 Zakuszkás [7]
 Teljes kiőrlésű kenyér [1]
 Cornexi ZabRudi Sós-Karamellás [1,6,7,(5,8,11)]
 Fehé.: 8.5g Zsír: 8.0g T.Zs.: 4.2g
 Szén.: 63.9g Cukor: 21.3g Só: 0.4g
 Ener.: 367.0kcal

Ebéd

Lebbencsleves [1,3]
 Rakott brokkoli rizzsel [1,7]
 Fehé.: 32.6g Zsír: 33.2g T.Zs.: 10.7g
 Szén.: 67.0g Cukor: 0.0g Só: 3.7g
 Ener.: 707.6kcal

Uzsonna

Olasz felvágottas
 Félbarna kenyér [1]
 Margarinnal [(7)]
 Kígyóborkával
 Fehé.: 8.8g Zsír: 8.8g T.Zs.: 3.5g
 Szén.: 31.8g Cukor: 0.1g Só: 0.9g
 Ener.: 241.8kcal

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 |

16 - édesgyökér

20. hét

Óvodás, iskolás étlap

05.11-05.15.	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Vaníliás tej Fatörzs kifli	Csipkebogyó tea Eatrend tepertőkrém Teljes kiőrlésű zsemle Paradicsom	Tej Zöldfűszeres sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Narancsos limonádé Füstölt csirkemell sonka Rozskenyér Margarin Paprika	Erdei gyümölcsstea Zakuska Teljes kiőrlésű kenyér Sós karamellás zabrudi
Leves	Csontleves	Magyaros zöldborsóleves	Paradicsomleves	Legényfogóleves	Lebbencsleves
Főétel	Csirkepaprikás Galuska köret Uborkasaláta	Lenmagos húsgolyó Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Csirkemell cornflakes bundában Rizi-bizi Fűszeres tartármártás	Paraj / Sóska Főtt tojás 1/2 adag főtt burgonya 1/2 adag teljes kiőrlésű kenyér	Rakott brokkoli
Felnőtt	Óvári sertésszelet Párolt rizs	Kolozsvári rakott káposzta	Brassói aprópecsenye Csemege uborka	Stíriai metélt	Párolt sertésszelet Gyümölcsmártás Pirított dara
Uzsonna	Helyben sült ribizlis/meggyes párna Alma	Epres gyümölcsjoghurt Kifli	Májusi csemege Félbarna kenyér Margarin	Helyben sült gesztenyés rúd Alma	Olasz felvágott Félbarna kenyér Margarin Kígyóuborka

Heti étlap 2026.05.11. - 2026.05.15.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Vaníliás tej[7], Fatörzs kifli[1,3,7]	Csipkebogyós tea, Eatrend Tepertőkrémes[3,7,10,(1,12)], Teljes kiőrlésű zsemle[1], Paradicsommal	Tehéntej 1,5%[7], Zöldfűszeres sajtkrémes[7], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Kígyóborkával	Narancs ízű limonádé, Füstölt csirkemellsonkás (1,6,7), Rozskenyér[1], Margarinnal(7), Paprikával	Erdei gyümölcsös tea, Zakuszkás[7], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Cornexi ZabRudi Sós-Karamellás [1,6,7,(5,8,11)]
		Energia: 405.78 Kcal / 1,696.16 KJ	Energia: 124.77 Kcal / 521.54 KJ	Energia: 317.41 Kcal / 1,326.77 KJ	Energia: 225.42 Kcal / 942.26 KJ	Energia: 366.95 Kcal / 1,533.85 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		13.81 g9.25 g4.20 g	2.72 g8.34 g3.54 g	13.69 g11.45 g6.40 g	9.75 g3.71 g5.60 g	8.48 g8.01 g4.16 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Csontleves [9,(1)], Csirkepaprikás[1,7], Galuskával[1,3,7], Uborkasalátával	Magyaros zöldborsóleves , Lenmagos húsgolyó[1,3], Tökfőzelékkel[1,7], Teljes kiőrlésű kenyérrel[1]	Paradicsomleves[1,9], Rántott csirkemell corn flakes bundában[1,3], Rizi-bizivel, Fűszeres tartármártással[3,7,10,15,(1,12)]	Legényfogó leves[1,7], Főtt tojás[3], Sóska mártás[1,7], 1/2 adag Főtt burgonyával, Teljes kiőrlésű kenyérrel[1]	Lebbencsleves[1,3], Rakott brokkoli rizszel[1,7]
		Energia: 406.85 Kcal / 1,700.63 KJ	Energia: 527.29 Kcal / 2,204.07 KJ	Energia: 838.76 Kcal / 3,506.02 KJ	Energia: 533.85 Kcal / 2,231.49 KJ	Energia: 707.60 Kcal / 2,957.77 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		26.68 g6.34 g1.46 g	18.11 g28.02 g7.22 g	22.89 g48.00 g6.07 g	28.91 g17.79 g5.35 g	32.62 g33.16 g10.66 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Helyben sült ribizlis párna[1,7], Alma	Eper ízű gyümölcsjoghurt[7,(1)], Kifli[1,(7)]	Májusi csemegés, Félbarna kenyér[1], Margarinnal(7)	Helyben sült gesztenyés rúd[6,(5,8)], Alma	Olasz felvágottas, Félbarna kenyér[1], Margarinnal(7), Kígyóborkával
		Energia: 319.18 Kcal / 1,334.17 KJ	Energia: 275.39 Kcal / 1,151.13 KJ	Energia: 209.18 Kcal / 874.37 KJ	Energia: 202.90 Kcal / 848.12 KJ	Energia: 241.79 Kcal / 1,010.68 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		4.80 g11.32 g4.87 g	9.35 g6.07 g3.23 g	7.95 g5.52 g2.18 g	2.00 g5.25 g0.92 g	8.82 g8.78 g3.52 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 Albertirsa, Részai út 65.....

Csoportos adószám: 17783408-5-15

Adószám: 26240024-1-01

3



Tételek átlap 2026.05.11. - 2026.05.17.										
	Csoport	Csoport neve	Csoport kódja	Csoport leírása	Csoport kódja	Csoport leírása	Csoport kódja	Csoport leírása	Csoport kódja	Csoport leírása
5/11/2026	00442	Jászberény Óvoda 4-6 éves A								
T	Vanília tej	584,43	139,81	6,81	3,00	1,63	21,22	9,99	0,27	7
E	Fatörzs kifli	1 111,75	265,97	7,00	6,25	2,57	45,12	11,13	0,82	1,3
	Csokolés	93,66	22,41	1,01	0,72	0,03	3,00	0,02	0,71	9,(1)
	Csirképaprikás	526,25	125,90	16,03	4,19	1,05	5,84	0,00	0,38	1,7
	Galuskával	993,59	237,70	9,23	1,39	0,08	45,20	0,00	2,36	1,3
U	Uborkasalátával	87,12	20,84	0,41	0,04	0,30	4,69	4,17	0,41	
	Helyben sült ribizli páma	1 116,06	267,00	4,20	10,72	4,87	37,80	13,80	0,41	1,7
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
	Összesen:	4 730,98	1 131,81	45,29	26,91	10,53	173,37	39,11	5,18	
5/12/2026	00442	Jászberény Óvoda 4-6 éves A								
T	Csipekegyőcs tea	256,59	61,38	0,13	0,03	0,00	15,00	14,99	0,00	
E	Eatrend Ispenőkrém	246,67	59,01	2,39	8,27	3,53	0,44	0,03	0,39	3,7,10,(1),(12)
	Teljes körűsü zsemle	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1
	Paradicsommal	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
E	Magyaros zöldborsólevés	269,85	64,56	2,37	3,05	0,35	6,85	0,04	1,82	
	Lenmagos húsgolyó	969,90	232,03	10,23	17,20	4,86	7,70	0,00	0,77	1,3
	Tökfőzelékkel	667,52	159,69	2,73	7,40	1,99	20,21	6,99	0,09	1,7
	Teljes körűsü kenyérral	286,80	71,01	2,78	0,37	0,02	14,07	0,00	0,04	1
U	Eper ízű gyümölcsjoghurt	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	22,45	0,49	7,(1)
	Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)
	Összesen:	3 876,75	927,45	30,18	42,43	13,99	110,32	44,50	4,01	
5/13/2026	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
	Zöldfűszeres sajtkrém	317,64	75,99	1,13	7,70	4,58	0,41	0,00	0,24	7
	Teljes körűsü kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1
E	Kigyóborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01	
	Paradicsomleves	243,79	58,32	1,75	0,54	0,05	11,52	3,00	0,45	1,9
	Rántott csirkemell com filakes	1 597,31	382,13	14,53	28,64	3,35	16,06	0,00	1,00	1,3
	Riz-bizivel	1 258,70	301,12	6,20	8,61	0,98	49,30	0,00	0,26	
	Fűszeres tartármártással	406,27	97,19	0,41	10,21	1,69	0,74	0,20	0,12	3,7,10,15,(1),(12)
U	Májusi csomagolás	153,39	36,70	2,07	2,92	1,10	0,47	0,00	0,37	
	Faltorta 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:	5 707,22	1 365,35	44,53	64,97	14,65	148,95	3,29	2,86	
5/14/2026	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	
	Fasított csirkemellcsontok	92,40	22,11	3,40	0,56	0,16	0,84	0,00	0,43	(1),(6),(7)
	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)
	Paprikával	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
E	Legényfogyó leves	457,12	108,27	7,91	5,36	1,55	7,21	0,01	1,06	1,7
	Főtt tej	685,98	164,11	11,00	9,80	3,00	0,70	0,30	0,35	3
	Sóska mártás	443,36	106,07	4,97	2,08	0,76	16,09	5,00	0,34	1,7
	1/2 adag Főtt burgonyával	352,75	84,39	2,25	0,18	0,02	18,00	0,00	0,26	
	Teljes körűsü kenyérral	296,80	71,01	2,78	0,37	0,02	14,07	0,00	0,04	1
U	Helyben sült gesztenyes rúd	630,00	150,72	1,40	4,65	0,92	25,55	17,55	0,05	6,(5),(8)
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
	Összesen:	4 026,32	962,17	40,66	26,75	11,87	130,21	28,92	3,31	
5/15/2026	00442	Jászberény Óvoda 4-6 éves A								
T	Erdi gyümölcsös tea	257,87	61,69	0,18	0,04	0,00	15,00	14,99	0,00	
	Zakuszkás	160,38	38,37	0,82	3,04	1,45	1,88	0,00	0,25	7
	Teljes körűsü kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1
	Cornet ZabRúd Sós-Karamellás	522,00	124,88	1,92	4,20	2,67	18,90	6,30	0,11	1,6,7,(5),(8),(11)
E	Lebbensleves	358,39	85,74	3,05	1,06	0,26	15,79	0,01	0,39	1,3
	Rakott brokkoli rizsszel	2 599,39	621,86	29,57	32,10	10,40	51,17	0,00	3,33	1,7
U	Olasz felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84	
	Faltorta 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)
	Kigyóborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01	
	Összesen:	5 502,32	1 316,34	49,92	49,95	18,34	162,65	21,39	5,07	