

HÉTFŐ

Tízórai

Tehéntej 1,5% [7]
Kalács [1,3,7]
Barackleváros [(12)]

Fehé.: 13,9g	Zsír: 9,3g	T.Zs.: 4,2g
Szén.: 56,6g	Cukor: 11,7g	Só: 0,9g
Ener.: 367,9kcal		

Ebéd

Kímélő zöldségleves [9]
Lassan párolt csirkemell csíkok csopaki módra [1,7]
Párolt rizszel

Fehé.: 20,9g	Zsír: 13,9g	T.Zs.: 1,9g
Szén.: 63,6g	Cukor: 0,0g	Só: 1,0g
Ener.: 466,4kcal		

Uzsonna

Mátrai diákcsemegés
Teljes kiőrlésű kenyér [1]
Margarinnal [(7)]
Paprikával

Fehé.: 7,3g	Zsír: 5,3g	T.Zs.: 1,9g
Szén.: 28,8g	Cukor: 0,0g	Só: 0,5g
Ener.: 192,3kcal		

KEDD

Tízórai

Eper ízű limonádé
Teljes kiőrlésű zsemle [1]
Tojáskarikával [3]
Margarinnal [(7)]
Paradicsommal

Fehé.: 11,3g	Zsír: 11,9g	T.Zs.: 3,9g
Szén.: 8,3g	Cukor: 6,3g	Só: 0,4g
Ener.: 214,3kcal		

Ebéd

Rusztikus zöldborsókrémleves [1,7]
Levesgyönggyel [1,3,7]
Milánói [1,(3,6,7,12)]
Makaróni tésztával [1,3]
Reszelt trappista sajttal [7]
Görögdinnye

Fehé.: 33,9g	Zsír: 30,2g	T.Zs.: 9,4g
Szén.: 77,7g	Cukor: 5,6g	Só: 5,6g
Ener.: 724,3kcal		

Uzsonna

Helyben sült vaníliás táska [4,5,13]

Fehé.: 11,7g	Zsír: 26,5g	T.Zs.: 10,1g
Szén.: 19,7g	Cukor: 0,0g	Só: 1,4g
Ener.: 365,3kcal		

SZERDA

Tízórai

Kakaó [7]
Rozskenyér [1]
Kenőmájassal

Fehé.: 14,8g	Zsír: 9,4g	T.Zs.: 4,0g
Szén.: 53,8g	Cukor: 10,1g	Só: 0,7g
Ener.: 341,2kcal		

Ebéd

Magyaros karalábéleves [1]
Fokhagymás sertéstokány [1,7]
Pirított kockaburgonyával

Fehé.: 15,7g	Zsír: 25,4g	T.Zs.: 6,2g
Szén.: 54,9g	Cukor: 2,0g	Só: 1,1g
Ener.: 523,2kcal		

Uzsonna

Sertés párizsis
Zsemle [1]
Margarinnal [(7)]
Kígyóborkával

Fehé.: 7,3g	Zsír: 6,0g	T.Zs.: 2,6g
Szén.: 28,9g	Cukor: 0,1g	Só: 0,6g
Ener.: 198,9kcal		

CSÜTÖRTÖK

Tízórai

Citrom ízű limonádé
Körözött [7]
Teljes kiőrlésű kenyér [1]
Pritamin Paprikával

Fehé.: 8,5g	Zsír: 2,5g	T.Zs.: 0,9g
Szén.: 36,0g	Cukor: 6,0g	Só: 0,3g
Ener.: 201,8kcal		

Ebéd

Magyaros lencsegulyás [1,7,10,(12)]
Teljes kiőrlésű kenyérrel [1]
Kalácsfelő [1,3,7,8,(5)]
Lágy vanília sodóval [1,7]

Fehé.: 29,2g	Zsír: 28,3g	T.Zs.: 7,2g
Szén.: 122,3g	Cukor: 26,3g	Só: 0,7g
Ener.: 864,0kcal		

Uzsonna

Sajtos rúd [1,7,(3,6,8,11,12)]
Körte

Fehé.: 5,4g	Zsír: 1,9g	T.Zs.: 2,2g
Szén.: 35,0g	Cukor: 0,0g	Só: 1,0g
Ener.: 179,2kcal		

PÉNTEK

Tízórai

Erdei gyümölcsös tea
Csirkemellsonkás
Teljes kiőrlésű zsemle [1]
Margarinnal [(7)]
Paradicsommal

Fehé.: 3,8g	Zsír: 2,6g	T.Zs.: 1,1g
Szén.: 16,6g	Cukor: 15,0g	Só: 0,5g
Ener.: 105,5kcal		

Ebéd

Aranylő húsleves [9,(1)]
Cénnácskával [1,3]
Párolt sertéskaraj [(1,10)]
Köményes pecsenyelével [1]
Knédli [1,3,(5,6,7,8,11)]
Párolt lilakáposztával

Fehé.: 17,1g	Zsír: 17,3g	T.Zs.: 3,0g
Szén.: 34,3g	Cukor: 3,3g	Só: 3,8g
Ener.: 363,8kcal		

Uzsonna

Barack ízű gyümölcsjoghurt [7]
Kifli [1,(7)]

Fehé.: 6,6g	Zsír: 1,2g	T.Zs.: 0,6g
Szén.: 43,8g	Cukor: 19,0g	Só: 0,5g
Ener.: 215,7kcal		

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

 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Tehéntej 1,5%[7], Kalács[1,3,7], Baracklekváros(12)			Eper ízű limonádé, Teljes kiörlesű zsemle[1], Tojáskarikával[3], Margarinnal(7), Paradicsommal			Kakaó[7], Rozskenyér[1], Kenőmájassal			Citrom ízű limonádé, Körözöttes[7], Teljes kiörlesű kenyér[1], Pritamin Paprikával			Erdei gyümölcsös tea, Csirkemellsonkás, Teljes kiörlesű zsemle[1], Margarinnal(7), Paradicsommal		
		Energia: 367.86 Kcal / 1.537.65 KJ			Energia: 214.30 Kcal / 895.77 KJ			Energia: 341.15 Kcal / 1.426.01 KJ			Energia: 201.78 Kcal / 843.44 KJ			Energia: 105.48 Kcal / 440.91 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		13.92 g	9.31 g	4.23 g	11.29 g	11.88 g	3.91 g	14.75 g	9.35 g	4.00 g	8.46 g	2.45 g	0.92 g	3.78 g	2.64 g	1.09 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		56.64 g	11.71 g	0.90 g	8.31 g	6.29 g	0.41 g	53.83 g	10.09 g	0.69 g	35.98 g	5.99 g	0.34 g	16.64 g	14.99 g	0.49 g
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Kímélő zöldségleves[9], Lassan párolt csirkemell csíkok csopaki módra[1,7], Párolt rizsrel			Rusztikus zöldborsókrémleves[1,7], Levesgyönggyel[1,3,7], Milánói [1,(3,6,7,12)], Makaróni tésztával [1,3], Reszelt trapista sajttal[7], Görögdinnye			Magyaros karalábéleves[1], Fokhagymás sertéstokány[1,7], Pirított kockaburgonyával			Magyaros lencsegulyás[1,7,10,(12)], Teljes kiörlesű kenyérrrel[1], Kalácsfehé[1,3,7,8,(5,12)], Lágy vanília sodóval[1,7]			Aranylő húsleves[9,(1)], Cérnácskával[1,3], Párolt sertéskaraj[1,(10)], Köményes pecsenyelével[1], Knédli[1,3,(5,6,7,8,11)], Párolt ilakáposztával		
		Energia: 466.35 Kcal / 1.949.34 KJ			Energia: 724.34 Kcal / 3.027.74 KJ			Energia: 523.19 Kcal / 2.186.93 KJ			Energia: 863.96 Kcal / 3.611.35 KJ			Energia: 363.84 Kcal / 1.520.85 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		20.91 g	13.93 g	1.86 g	33.94 g	30.24 g	9.42 g	15.72 g	25.37 g	6.20 g	29.24 g	28.25 g	7.22 g	17.05 g	17.29 g	2.97 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		63.62 g	0.01 g	0.96 g	77.66 g	5.64 g	5.60 g	54.88 g	2.03 g	1.13 g	122.32 g	26.32 g	0.71 g	34.34 g	3.29 g	3.78 g
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Mátrai diákcsemegés, Teljes kiörlesű kenyér[1], Margarinnal(7), Paprikával			Helyben sült vaníliás táska[1,7,(3,6,12)]			Sertés pázis, Zsemle[1], Margarinnal(7), Kígyóborkával			Sajtos rúd [1,7,(3,6,8,11,12)], Körte			Barack ízű gyümölcsjoghurt[7], Kifli[1,(7)]		
		Energia: 192.25 Kcal / 803.61 KJ			Energia: 365.33 Kcal / 1.527.08 KJ			Energia: 198.89 Kcal / 831.36 KJ			Energia: 179.20 Kcal / 749.06 KJ			Energia: 215.74 Kcal / 901.79 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7.32 g	5.31 g	1.85 g	11.71 g	26.46 g	10.07 g	7.28 g	6.01 g	2.56 g	5.44 g	1.85 g	2.19 g	6.56 g	1.18 g	0.60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		28.76 g	0.00 g	0.46 g	19.66 g	0.00 g	1.38 g	28.88 g	0.09 g	0.59 g	35.00 g	0.00 g	1.03 g	43.80 g	19.00 g	0.49 g
Az étlanváltoztatás íorát fennrtitük! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítük.																

Az étlanváltoztatás ioeát fenntartunk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítük.

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: m 8-diófélék

11-szeám 14-puhatestűek

Allergén lista (kód-allergén)

9-zeller

12-kéndio 15-mesterséges édesítoszer

1-glutén

4-hal

2-rák

5-földimogyoró

3-tojás

6-szója

eatrend Danubia Kft.
7740 Albertirózsa, Petőfi út 65.
Cégjegyzékszám: 20215633-4-13
Adószám: 26215633-4-13

35. hét

Óvodás, iskolás étlap

08.24- 08.28	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej Kalács Baracklekvár	Eper limonádé Teljes kiőrlésű zsemle Margarin Tojásszelet Paradicsom	Kakaó Teljes kiőrlésű rozskenyér Kenőmájas	Citromos limonádé Teljes kiőrlésű kenyér Körözött Pritamin paprika	Erdei gyümölcsös tea Teljes kiőrlésű zsemle Margarin Csirkemell sonka Paradicsom
Leves	Kímélő zöldségleves	Rusztikus Zöldborsókrémleves levesgyönggyel	Magyaros karalábéleves	Lencsegulyás csipetkével Teljes kiőrlésű kenyér	Aranyló húsleves cérnácskával
Menü „A”	Lassan párolt csirkemell csíkok csopaki módra Párolt rizs	Milánói makaróni Reszelt Sajt Görögdinnye	Fokhagymás sertéstokány Pirított burgonya	Kalácsfelhő lágy vanília sodóval	Párolt sertéskaraj köményes pecsenyelével Knédli Párolt lilakáposztával
Uzsonna	Teljes kiőrlésű kenyér Margarin Mátrai diákcsemege Paprika	Helyben sült vaníliás táska	Zsemle Margarin Sertés párizsi Kígyóuborka	Sajtos rúd Körte	Barackos gyümölcs joghurt Kifli

Eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783403-5-10
 Adószám: 26215833-4-13



Tételes étlap 2026.08.24. - 2026.08.30.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének
8/24/2026	Laktóz (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves A	T	Tehéntej 1,5%	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,27	7
				Kalács	1 011,09	241,89	7,07	6,31	2,60	38,91	4,58	1,3,7
				Baracklekváros	120,83	28,91	0,05	0,00	0,00	7,13	7,13	0,00 (12)
			E	Kímélő zöldségleves	159,39	38,13	1,36	0,62	0,07	6,58	0,01	0,35 9
				Lassan párolt csirkemell csíkok	539,30	129,02	14,19	5,68	0,91	5,11	0,00	0,35 1,7
				Párolt rizzzel	1 250,66	299,20	5,36	7,63	0,88	51,93	0,00	0,26
			U	Mátrai diákcsemegés	121,30	29,02	1,52	2,52	0,91	0,03	0,00	0,32
				Teljes kiörlésű 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)
				Paprikával	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00
				Összesen:	4 290,59	1 026,46	42,15	28,55	7,94	149,02	11,72	2,32
8/25/2026	Laktóz (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves A	T	Eper ízű limonádé	119,16	28,51	0,09	0,04	0,00	6,81	5,99	0,00
				Teljes kiörlésű zsemle	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1
				Tojáskarikával	685,98	164,11	11,00	9,80	3,00	0,70	0,30	0,35 3
				Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06 (7)
				Paradicsommal	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00
			E	Rusztikus zöldborsókrémleves	565,28	135,23	3,90	7,47	1,64	12,90	2,01	1,20 1,7
				Levesgyönggyel	210,50	50,36	0,81	2,64	1,37	5,64	0,08	0,09 1,3,7
				Milánói	752,65	180,06	12,89	9,97	2,15	9,43	3,23	3,14 1,(3),(6),(7),(12)
				Makaróni tésztával	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
				Görögdinnye	156,12	37,35	0,60	0,24	0,00	7,80	0,00	0,01
			U	Helyben sült vaníliás táska	1 527,08	365,33	11,71	26,46	10,07	19,66	0,00	1,38 1,7,(3),(6),(12)
				Összesen:	5 450,59	1 303,97	56,94	68,58	23,40	105,63	11,93	7,39
A												



8/26/2026	00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves	T	Kakaó	586,63	140,34	6,99	3,22	1,76	20,70	9,99	0,27	7
				Rozskenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1
				Kenőmájassal	245,80	58,80	2,20	5,40	2,20	5,00	0,10	0,34	
			E	Magyaros karalábéleves	167,70	40,12	1,35	0,80	0,11	6,86	0,03	0,32	1
				Fokhagymás sertéstokány	855,00	204,55	9,57	16,57	5,09	4,02	0,00	0,59	1,7
				Pirított kockaburgonyával	1 164,20	278,52	4,80	8,00	1,00	44,00	2,00	0,22	
			U	Sertés párizsis	178,25	42,64	2,38	3,64	1,38	0,04	0,00	0,46	
				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)
				Kígyóborkával	9,83	2,35	0,20	0,02	0,15	0,34	0,09	0,01	
	Összesen:	4 444,32	1 063,23	37,75	40,73	12,76	137,59	12,21	2,41				
8/27/2026	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	
				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
				Pritamin Paprikával	16,38	3,92	0,24	0,06	0,00	0,60	0,00	0,00	
			E	Magyaros lencsegulyás	732,84	175,32	10,03	7,82	1,50	15,97	0,00	0,36	1,7,10,(12)
				Teljes kiőrlésű kenyérral	296,80	71,01	2,78	0,37	0,02	14,07	0,00	0,04	1
				Kalácsfelhő	2 025,80	484,64	11,28	18,09	4,66	68,77	20,73	0,15	1,3,7,8,(5),(12)
				Lágy vanília sodóval	555,91	132,99	5,15	1,97	1,04	23,51	5,59	0,16	1,7
			U	Sajtos rúd	416,80	99,71	4,84	1,40	2,19	17,00	0,00	1,02	1,7,(3),(6),(8),(11),(12)
	Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01				
	Összesen:	5 203,86	1 244,94	43,14	32,55	10,33	193,30	32,31	2,08				
0026	002)	Óvoda 4-6 éves A											
			T	Erdei gyümölcsös tea	257,87	61,69	0,18	0,04	0,00	15,00	14,99	0,00	
				Csirkemellsonkás	92,40	22,11	3,40	0,56	0,18	0,84	0,00	0,43	
				Teljes kiőrlésű zsemle	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1
				Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)
				Paradicsommal	18,31	4,38	0,20	0,04	0,01	0,80	0,00	0,00	
			E	Aranylő húsleves	93,98	22,48	1,01	0,72	0,03	3,01	0,02	0,71	9,(1)



8/28/2	nő (004	Jászberény Óvo		Céfnácskával	98,32	23,52	1,02	0,30	0,05	4,16	0,00	0,04	1,3
				Párolt sertéskaraj	369,22	88,33	10,51	4,99	1,55	0,27	0,03	1,58	(1),(10)
				Köményes pecsenyelével	212,48	50,83	0,75	3,37	0,40	4,31	0,00	0,13	1
				Knédli	275,10	65,81	1,98	0,27	0,06	13,50	0,24	0,33	1,3,(5),(6),(7),(8),(1
				Párolt lilakáposztával	471,78	112,87	1,78	7,64	0,88	9,09	3,00	0,99	
			U	Barack ízű gyümölcsjoghurt	445,00	106,46	2,80	0,90	0,50	21,00	19,00	0,08	7
				Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)
				Összesen:	2 863,56	685,06	27,39	21,11	4,66	94,78	37,28	4,76	







