



Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula

Nürnbergi u. 8.

ÉTLAP

2026. 35. hét (2026.08.24. - 2026.08.30.)

Óvoda

Korcsoport: 4 - 6 év

IKR-Élelmezési program [V: 4.3.0.3] © Info-Set Kft.

2026.07.17. 9:22

1. / 3. oldal

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai - A					
	Tej +	Tej +	Kakaó +	Tej +	Tej +
Tápanyag jellemzők	En: 136,4 kcal Zs: 6,2 g Tz: - Fe: 7,5 g Sz: 11,7 g Cu: 11,7 g So: - Hs: -	En: 136,4 kcal Zs: 6,2 g Tz: - Fe: 7,5 g Sz: 11,7 g Cu: 11,7 g So: - Hs: -	En: 168,2 kcal Zs: 6,2 g Tz: - Fe: 7,8 g Sz: 19,4 g Cu: 19,0 g So: - Hs: -	En: 136,4 kcal Zs: 6,2 g Tz: - Fe: 7,5 g Sz: 11,7 g Cu: 11,7 g So: - Hs: -	En: 136,4 kcal Zs: 6,2 g Tz: - Fe: 7,5 g Sz: 11,7 g Cu: 11,7 g So: - Hs: -
Allergének	tejféle	tejféle	glutén, tejféle	tejféle	tejféle
	Vajkrém natúr +	Főtt tojás (1/2) +	Szundi +	Margarin liga+	Vajaspogácsa +
Tápanyag jellemzők	En: 53,0 kcal Zs: 5,9 g Tz: 2,6 g Fe: 0,1 g Sz: 0,1 g Cu: - So: 0,1 g Hs: -	En: 34,8 kcal Zs: 2,5 g Tz: - Fe: 2,8 g Sz: 0,1 g Cu: - So: 0,0 g Hs: -	En: 147,9 kcal Zs: 1,4 g Tz: 0,7 g Fe: 4,5 g Sz: 29,1 g Cu: 1,3 g So: 0,3 g Hs: -	En: 16,2 kcal Zs: 1,8 g Tz: 0,5 g Fe: 0,1 g Sz: 0,0 g Cu: 0,0 g So: 0,1 g Hs: -	En: 180,9 kcal Zs: 8,0 g Tz: 4,3 g Fe: 3,5 g Sz: 22,5 g Cu: 0,8 g So: 1,3 g Hs: -
Allergének	tejféle	tojás	glutén, szezámmag, tejféle		glutén, tejféle, tojás
	Magvas kenyér T,U +	Margarin +		Graham kenyér T,U+	
Tápanyag jellemzők	En: 150,1 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,2 g Fe: 4,7 g Sz: 29,4 g Cu: 0,1 g So: 1,2 g Hs: -	En: 55,8 kcal Zs: 6,3 g Tz: 3,0 g Fe: 0,0 g Sz: 0,0 g Cu: 0,0 g So: 0,0 g Hs: -		En: 141,4 kcal Zs: 1,0 g Tz: 1,0 g Fe: 5,0 g Sz: 24,6 g Cu: 0,1 g So: 0,9 g Hs: -	
Allergének	glutén, szezámmag, szója	tejféle		glutén	
		Kenyér félbarna T,U+		Zöldpaprika kg +	
Tápanyag jellemzők		En: 101,7 kcal Zs: 0,3 g Tz: 0,1 g Fe: 3,1 g Sz: 20,7 g Cu: 0,1 g So: 0,5 g Hs: -		En: 4,0 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 0,2 g Sz: 0,6 g Cu: - So: - Hs: -	
Allergének		glutén, szója			
Ebéd - A					
	Paradicsom leves betűtésztaival +	Tojás leves gyulai kolbászkákkal +	Karfiol leves vajas galuskával+	Suhintott töklevess+	Sárgaborsó gulyás füstölt kolbásszal+
Tápanyag jellemzők	En: 140,5 kcal Zs: 2,1 g Tz: 0,3 g Fe: 1,6 g Sz: 28,3 g Cu: 22,9 g So: 0,5 g Hs: 0,5 g	En: 97,0 kcal Zs: 4,2 g Tz: 0,4 g Fe: 4,0 g Sz: 10,3 g Cu: 0,3 g So: 0,5 g Hs: -	En: 101,2 kcal Zs: 5,3 g Tz: 1,4 g Fe: 3,1 g Sz: 10,2 g Cu: 2,6 g So: 1,5 g Hs: 1,2 g	En: 75,8 kcal Zs: 4,2 g Tz: 0,3 g Fe: 1,3 g Sz: 7,8 g Cu: 2,5 g So: 1,2 g Hs: 1,2 g	En: 144,8 kcal Zs: 4,3 g Tz: 0,6 g Fe: 7,3 g Sz: 19,8 g Cu: 0,4 g So: 1,0 g Hs: 1,0 g
Allergének	glutén	tojás, glutén, hal, szója, tejféle, zeller	zeller, tojás, tejféle, glutén	tejféle, glutén	glutén, tojás
	Sült csirkecomb +	Zöldséges, húsos rakott penne +	Paradicsomos káposzta +	Sertés sült (egész) +	Tejbedara +
Tápanyag jellemzők	En: 175,1 kcal Zs: 12,5 g Tz: 3,0 g Fe: 14,5 g Sz: 1,2 g Cu: 0,6 g So: 0,8 g Hs: -	En: 436,0 kcal Zs: 13,9 g Tz: 3,3 g Fe: 28,2 g Sz: 54,7 g Cu: 2,6 g So: 1,4 g Hs: 1,0 g	En: 297,2 kcal Zs: 9,9 g Tz: 1,4 g Fe: 5,2 g Sz: 45,5 g Cu: 25,3 g So: 0,0 g Hs: -	En: 548,0 kcal Zs: 6,5 g Tz: - Fe: 16,8 g Sz: 0,3 g Cu: - So: 0,8 g Hs: 0,8 g	En: 424,7 kcal Zs: 10,2 g Tz: 0,2 g Fe: 15,2 g Sz: 66,1 g Cu: 40,1 g So: 0,4 g Hs: 0,4 g
Allergének	glutén, tojás, zeller	zeller, glutén, tejféle	glutén		tejféle, glutén

 Gyulakonyha Non-profit Kft.		ÉTLAP 2026. 35. hét (2026.08.24. - 2026.08.30.) Óvoda Korcsoport: 4 - 6 év			IKR-Élelmezési program [V: 4.3.0.3] © Info-Set Kft. 2026.07.17. 9:22 2. / 3. oldal	
Hétfő		Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	
Ebéd - A						
Francia saláta +		Kenyér félbarna E+	Sertés sült (egész) +	Hagymás tört burgonya +	Kakaó szórat +	
Tápanyag jellemzők	En: 207,1 kcal Zs: 14,4 g Tz: 0,8 g Fe: 4,0 g Sz: 13,6 g Cu: 2,4 g So: 0,3 g Hs: -	En: 78,3 kcal Zs: 0,2 g Tz: 0,1 g Fe: 2,4 g Sz: 15,9 g Cu: 0,1 g So: 0,4 g Hs: -	En: 548,0 kcal Zs: 6,5 g Tz: - Fe: 16,8 g Sz: 0,3 g Cu: - So: 0,8 g Hs: 0,8 g	En: 237,5 kcal Zs: 0,5 g Tz: - Fe: 6,3 g Sz: 50,3 g Cu: - So: 0,2 g Hs: 0,1 g	En: 37,9 kcal Zs: 0,3 g Tz: 0,1 g Fe: 0,4 g Sz: 8,0 g Cu: 7,8 g So: 0,0 g Hs: -	
Allergének	tejféle, mustár, tojás	glutén, szója			glutén	
Kenyér félbarna E+			Kenyér félbarna E+	Dinnye savanyú +	Kenyér félbarna E+	
Tápanyag jellemzők	En: 78,3 kcal Zs: 0,2 g Tz: 0,1 g Fe: 2,4 g Sz: 15,9 g Cu: 0,1 g So: 0,4 g Hs: -		En: 78,3 kcal Zs: 0,2 g Tz: 0,1 g Fe: 2,4 g Sz: 15,9 g Cu: 0,1 g So: 0,4 g Hs: -	En: 18,9 kcal Zs: - Tz: - Fe: 0,4 g Sz: 4,7 g Cu: - So: - Hs: -	En: 78,3 kcal Zs: 0,2 g Tz: 0,1 g Fe: 2,4 g Sz: 15,9 g Cu: 0,1 g So: 0,4 g Hs: -	
Allergének	glutén, szója		glutén, szója		glutén, szója	
				Kenyér félbarna E+		
Tápanyag jellemzők				En: 78,3 kcal Zs: 0,2 g Tz: 0,1 g Fe: 2,4 g Sz: 15,9 g Cu: 0,1 g So: 0,4 g Hs: -		
Allergének				glutén, szója		
Uzsonna - A						
Kakaós csiga +		Lapka sajt +	Sajtkrém +	Kockasajt +	Felvágott csirke sonka +	
Tápanyag jellemzők	En: 255,1 kcal Zs: 10,4 g Tz: 5,5 g Fe: 4,1 g Sz: 34,8 g Cu: 14,4 g So: 0,5 g Hs: -	En: 506,3 kcal Zs: 41,3 g Tz: 22,5 g Fe: 28,1 g Sz: 5,6 g Cu: 1,9 g So: 1,9 g Hs: -	En: 38,2 kcal Zs: 107,9 g Tz: 1,9 g Fe: 1,7 g Sz: 1,2 g Cu: 1,0 g So: 0,2 g Hs: -	En: 46,5 kcal Zs: 3,5 g Tz: 2,3 g Fe: 1,6 g Sz: 2,1 g Cu: 1,2 g So: 0,2 g Hs: -	En: 23,0 kcal Zs: 1,0 g Tz: 0,9 g Fe: 2,9 g Sz: 0,4 g Cu: 0,2 g So: 0,7 g Hs: -	
Allergének	glutén, tejféle, tojás	tejféle	tejféle	tejféle	szója	
		Zsemle +	Paradicsom +	Magvas kifli +	Vaj +	
Tápanyag jellemzők		En: 133,8 kcal Zs: 1,0 g Tz: 0,5 g Fe: 3,8 g Sz: 26,0 g Cu: 0,5 g So: 0,8 g Hs: -	En: 7,0 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 0,3 g Sz: 1,2 g Cu: - So: - Hs: -	En: 98,0 kcal Zs: 1,6 g Tz: 0,3 g Fe: 3,2 g Sz: 16,8 g Cu: 0,3 g So: 0,6 g Hs: -	En: 82,1 kcal Zs: 9,0 g Tz: 6,4 g Fe: 0,1 g Sz: 0,1 g Cu: 0,1 g So: - Hs: -	
Allergének		glutén		glutén, szezámmag, szója	tejféle	
			Kenyér félbarna T,U+		Kenyér félbarna T,U+	
Tápanyag jellemzők			En: 101,7 kcal Zs: 0,3 g Tz: 0,1 g Fe: 3,1 g Sz: 20,7 g Cu: 0,1 g So: 0,5 g Hs: -		En: 101,7 kcal Zs: 0,3 g Tz: 0,1 g Fe: 3,1 g Sz: 20,7 g Cu: 0,1 g So: 0,5 g Hs: -	
Allergének			glutén, szója		glutén, szója	
SEnergia-A		1195,52kcal	1579,91kcal	1487,63kcal	1400,96kcal	1209,81kcal



Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula

Nürnbergi u. 8.

ÉTLAP

2026. 35. hét (2026.08.24. - 2026.08.30.)

Óvoda

Korcsoport: 4 - 6 év

IKR-Élelmezési program [V: 4.3.0.3] © Info-Set Kft.

2026.07.17. 9:22

3. / 3. oldal

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
-------	------	--------	-----------	--------

Jelmagyarázat: En - Energia, Fe - Fehérje, Zs - Zsír, Sz - Szénhidrát, Cu - Cukor, Tz - Telített zsírsav, So - Összes só, Hs - Hozzáadott só