



Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula

Nürnbergi u. 8.

ÉTLAP

2026. 18. hét (2026.04.27. - 2026.05.03.)

Óvoda

Korcsoport: 4 - 6 év

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

2026.03.24. 15:57

1. / 2. oldal

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai - A				
Tea + Tápanyag jellemzők En: 41,5 kcal Tz: - Sz: 10,2 g So: - Zs: 0,0 g Fe: 0,0 g Cu: 9,8 g Hs: - Allergének	Tejeskávé + Tápanyag jellemzők En: 170,2 kcal Tz: - Sz: 21,1 g So: - Zs: 5,9 g Fe: 7,1 g Cu: 20,9 g Hs: - glutén, tejféle	Tea + Tápanyag jellemzők En: 41,5 kcal Tz: - Sz: 10,2 g So: - Zs: 0,0 g Fe: 0,0 g Cu: 9,8 g Hs: -	Tej + Tápanyag jellemzők En: 136,4 kcal Tz: - Sz: 11,7 g So: - Zs: 6,2 g Fe: 7,5 g Cu: 11,7 g Hs: - tejféle	
Sajt anikó + Tápanyag jellemzők En: 94,2 kcal Tz: 5,1 g Sz: 0,3 g So: 0,6 g Zs: 7,8 g Fe: 5,7 g Cu: 0,3 g Hs: - tejféle Allergének	Korpás kifli + Tápanyag jellemzők En: 141,1 kcal Tz: - Sz: 22,4 g So: - Zs: 3,7 g Fe: 5,3 g Cu: - Hs: - glutén, tejféle	Halpástétom + Tápanyag jellemzők En: 178,8 kcal Tz: 1,1 g Sz: 1,1 g So: 0,2 g Zs: 64,3 g Fe: 10,3 g Cu: 0,7 g Hs: - tojás, mustár, tejféle, hal	Tönkölybúzas pogácsa + Tápanyag jellemzők En: 173,2 kcal Tz: 3,8 g Sz: 22,0 g So: 1,1 g Zs: 7,5 g Fe: 3,8 g Cu: 0,1 g Hs: - glutén, szója, tejféle	
Kenyér félbarna T,U+ Tápanyag jellemzők En: 101,7 kcal Tz: 0,1 g Sz: 20,7 g So: 0,5 g Zs: 0,3 g Fe: 3,1 g Cu: 0,1 g Hs: - glutén, szója Allergének		Magvas kenyér T,U + Tápanyag jellemzők En: 150,1 kcal Tz: 0,2 g Sz: 29,4 g So: 1,2 g Zs: 0,8 g Fe: 4,7 g Cu: 0,1 g Hs: - glutén, szeszámag, szója		
Ebéd - A				
Tárkonyos zöldségleves + Tápanyag jellemzők En: 45,1 kcal Tz: 0,1 g Sz: 5,0 g So: 1,4 g Zs: 2,2 g Fe: 1,1 g Cu: 0,7 g Hs: 1,0 g zeller Allergének	Húsleves cérnametélt+ Tápanyag jellemzők En: 81,0 kcal Tz: 0,2 g Sz: 10,9 g So: 0,8 g Zs: 2,7 g Fe: 2,8 g Cu: 0,1 g Hs: 0,6 g glutén, hal, szója, tejféle, tojás, zeller	Zöldborsó leves eperlevéllel+ Tápanyag jellemzők En: 115,2 kcal Tz: 0,3 g Sz: 15,9 g So: 1,5 g Zs: 3,4 g Fe: 5,3 g Cu: 2,6 g Hs: 1,2 g glutén, hal, szója, tejféle, tojás, zeller	Tejszínes karalábéleves vajasaluskával+ Tápanyag jellemzők En: 82,6 kcal Tz: 2,1 g Sz: 7,3 g So: 1,0 g Zs: 5,0 g Fe: 1,8 g Cu: 0,8 g Hs: 1,0 g tojás, tejféle, glutén	
Mexikói sertéstokány + Tápanyag jellemzők En: 305,2 kcal Tz: 1,0 g Sz: 11,0 g So: 1,2 g Zs: 21,4 g Fe: 14,3 g Cu: 2,4 g Hs: 1,0 g Allergének	Bácskai rizseshús + Tápanyag jellemzők En: 656,0 kcal Tz: 1,3 g Sz: 51,7 g So: 1,5 g Zs: 13,5 g Fe: 16,0 g Cu: 0,6 g Hs: 1,2 g	Nemzeti szelet + Tápanyag jellemzők En: 153,3 kcal Tz: 0,0 g Sz: 9,0 g So: 1,4 g Zs: 7,1 g Fe: 12,2 g Cu: 1,9 g Hs: 1,2 g tejféle, glutén	Burgonyapaprikás kolbásszal galuskával+ Tápanyag jellemzők En: 477,2 kcal Tz: 9,9 g Sz: 55,3 g So: 2,3 g Zs: 17,3 g Fe: 16,4 g Cu: 0,3 g Hs: 1,2 g tojás, glutén	
Csőtészta + Tápanyag jellemzők En: 258,1 kcal Tz: 0,8 g Sz: 43,8 g So: 0,3 g Zs: 5,4 g Fe: 8,4 g Cu: 2,7 g Hs: 0,2 g glutén, tojás Allergének	Friss káposzta saláta + Tápanyag jellemzők En: 56,0 kcal Tz: - Sz: 12,8 g So: - Zs: 0,1 g Fe: 0,8 g Cu: 9,8 g Hs: -	Csőtészta + Tápanyag jellemzők En: 258,1 kcal Tz: 0,8 g Sz: 43,8 g So: 0,3 g Zs: 5,4 g Fe: 8,4 g Cu: 2,7 g Hs: 0,2 g glutén, tojás	Csemege uborka + Tápanyag jellemzők En: 23,5 kcal Tz: - Sz: 0,8 g So: 0,4 g Zs: 0,0 g Fe: 0,4 g Cu: 0,3 g Hs: -	



 Gyulakonyha Non-profit Kft. <u>5700 Gyula</u> Nürnbergi u. 8.	ÉTLAP 2026. 18. hét (2026.04.27. - 2026.05.03.) Óvoda Korcsoport: 4 - 6 év	IKR-Élelmezési program [V: 4.3.0.3] © Info-Set Kft. 2026.03.24. 15:57 2. / 2. oldal

 Gyulakonyha Non-profit Kft. <u>5700 Gyula</u> Nürnbergi u. 8.	ÉTLAP 2026. 18. hét (2026.04.27. - 2026.05.03.) Óvoda Korcsoport: 4 - 6 év	IKR-Élelmezési program [V: 4.3.0.3] © Info-Set Kft. 2026.03.24. 15:57 2. / 2. oldal

 Gyulakonyha Non-profit Kft. <u>5700 Gyula</u> Nürnbergi u. 8.	ÉTLAP 2026. 18. hét (2026.04.27. - 2026.05.03.) Óvoda Korcsoport: 4 - 6 év	IKR-Élelmezési program [V: 4.3.0.3] © Info-Set Kft. 2026.03.24. 15:57 2. / 2. oldal

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd - A					
	Káposztával töltött paprika savanyúság +	Kenyér félbarna E+	Kenyér félbarna E+	Kenyér félbarna E+	
Tápanyag jellemzők	En: 8,4 kcal Tz: - Sz: 1,4 g So: - Zs: 0,1 g Fe: 0,5 g Cu: - Hs: -	En: 78,3 kcal Tz: 0,1 g Sz: 15,9 g So: 0,4 g Zs: 0,2 g Fe: 2,4 g Cu: 0,1 g Hs: - glutén, szója	En: 78,3 kcal Tz: 0,1 g Sz: 15,9 g So: 0,4 g Zs: 0,2 g Fe: 2,4 g Cu: 0,1 g Hs: - glutén, szója	En: 78,3 kcal Tz: 0,1 g Sz: 15,9 g So: 0,4 g Zs: 0,2 g Fe: 2,4 g Cu: 0,1 g Hs: - glutén, szója	
Allergének					
Uzsonna - A					
	Párizsi felvágott (sertés) +	Sajtkrém +	Túró rudi +	Zala krém +	
Tápanyag jellemzők	En: 41,0 kcal Tz: 1,3 g Sz: 0,0 g So: 0,4 g Zs: 3,4 g Fe: 2,2 g Cu: 0,0 g Hs: -	En: 38,2 kcal Tz: 1,9 g Sz: 1,2 g So: 0,2 g Zs: 107,9 g Fe: 1,7 g Cu: 1,0 g Hs: - tejféle	En: 107,4 kcal Tz: 5,4 g Sz: 11,7 g So: 0,0 g Zs: 5,4 g Fe: 3,0 g Cu: 11,0 g Hs: - tejféle	En: 91,2 kcal Tz: 4,3 g Sz: 0,3 g So: 0,1 g Zs: 9,4 g Fe: 1,7 g Cu: 0,1 g Hs: - tejféle, szója	
Allergének					
	Margarin ráma joghurtos+	Retek kg-os +		Zöldpaprika kg +	
Tápanyag jellemzők	En: 31,5 kcal Tz: 0,9 g Sz: 0,1 g So: 0,0 g Zs: 3,5 g Fe: 0,0 g Cu: 0,0 g Hs: - tejféle	En: 8,9 kcal Tz: - Sz: 1,0 g So: - Zs: 0,2 g Fe: 0,8 g Cu: - Hs: -		En: 4,0 kcal Tz: - Sz: 0,6 g So: - Zs: 0,1 g Fe: 0,2 g Cu: - Hs: -	
Allergének					
	Korpás kenyér (tizó,uzs) +	Graham kenyér T,U+		Kukoricás kenyér +	
Tápanyag jellemzők	En: 148,0 kcal Tz: 0,2 g Sz: 28,8 g So: 0,8 g Zs: 0,6 g Fe: 4,7 g Cu: 0,2 g Hs: - glutén, szója	En: 141,4 kcal Tz: 1,0 g Sz: 24,6 g So: 0,9 g Zs: 1,0 g Fe: 5,0 g Cu: 0,1 g Hs: - glutén		En: 163,4 kcal Tz: 0,6 g Sz: 28,0 g So: 0,8 g Zs: 0,6 g Fe: 4,6 g Cu: 0,2 g Hs: - glutén	
Allergének					
SEnergia-A	1074,66kcal	1371,16kcal	1082,46kcal	1229,71kcal	0kcal

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