

Étlap (óvodás 3-6)

2021.10.18 - 2021.10.24.

Hétfő 2021.10.18	Kedd 2021.10.19.	Szerda 2021.10.20.	Csütörtök 2021.10.21.	Péntek 2021.10.22.	Szombat 2021.10.23.	Vasárnap 2021.10.24.
<p>Tízórai</p> <p>Tea Kenyér teljes kiörlésű margarinnal Diákcsemege felvágott kígyóuborka</p> <p>E: 370(Kj) 89(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 4(g) Zsír: 4(g)Cuk: 7(g)Só:0,12(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,Sz</p>	<p>Tejeskávé kifli</p> <p>E:1 122(Kj) 268(KCal) F: 10(g)Kol: 18(g)Sz: 34(g) Zsír: 3(g)Cuk: 15(g)Só:0,96(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>	<p>Tea Kenyér teljes kiörlésű Nádudvari körözött kígyóuborka</p> <p>E: 237(Kj) 57(KCal) F: 2(g)Kol: 0(g)Sz: 4(g) Zsír: 0(g)Cuk: 7(g)Só:0,08(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,Sz</p>	<p>Kakaó Kalács foszlós margarinnal</p> <p>E: 798(Kj) 191(KCal) F: 7(g)Kol: 24(g)Sz: 15(g) Zsír: 7(g)Cuk: 7(g)Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,</p>	<p>Tea Kenyér teljes kiörlésű margarinnal Tavaszi felvágott Paradicsom</p> <p>E: 728(Kj) 174(KCal) F: 13(g)Kol: 20(g)Sz: 3(g) Zsír: 9(g)Cuk: 7(g)Só:0,06(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,Sz</p>	<p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsír: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsír: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>
<p>Ebéd</p> <p>Kertészleves Spagetti carbonara Alma</p> <p>E:1 160(Kj) 278(KCal) F: 14(g)Kol: 34(g)Sz: 29(g) Zsír: 11(g)Cuk: 0(g)Só:1,10(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Zeller,Glutén,Tojás,</p>	<p>Köménymagosleves Zöldborsó fozelék Grill virsli</p> <p>E:1 662(Kj) 398(KCal) F: 21(g)Kol: 43(g)Sz: 46(g) Zsír: 13(g)Cuk: 0(g)Só:0,70(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,</p>	<p>Paradicsom leves Tavaszi rizseshús Cék-lasaláta</p> <p>E:1 598(Kj) 382(KCal) F: 20(g)Kol: 36(g)Sz: 58(g) Zsír: 5(g)Cuk: 4(g)Só:1,80(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Zeller,</p>	<p>Csontleves finommetélttel Főtt sertés szelet Főtt burgonya Meggymártás</p> <p>E:2 372(Kj) 567(KCal) F: 29(g)Kol: 87(g)Sz: 64(g) Zsír: 32(g)Cuk: 10(g)Só:1,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Szójab</p>	<p>Kapros lencsés sertésragu leves Szilvatöltelék gombóc Alma</p> <p>E:2 634(Kj) 630(KCal) F: 27(g)Kol: 28(g)Sz:110(g) Zsír: 7(g)Cuk: 0(g)Só:0,70(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Zeller,Glutén,Tojás,</p>	<p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsír: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsír: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>
<p>Uzsonna</p> <p>Félbarna kenyér Magyaros vajkrém</p> <p>E: 41(Kj) 10(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 2(g) Zsír: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)</p>	<p>Kenyér teljes kiörlésű margarinnal Baromfi-párizsi Paradicsom</p> <p>E: 364(Kj) 87(KCal) F: 2(g)Kol: 6(g)Sz: 3(g) Zsír: 7(g)Cuk: 0(g)Só:0,12(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,Sz</p>	<p>Félbarna kenyér margarinnal Kastélysonka</p> <p>E: 233(Kj) 56(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 2(g) Zsír: 4(g)Cuk: 0(g)Só:0,19(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,</p>	<p>Kenyér teljes kiörlésű margarinnal Lapsajt Lilahagyma</p> <p>E: 327(Kj) 78(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 9(g) Zsír: 4(g)Cuk: 0(g)Só:0,06(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,Sz</p>	<p>kakaós csiga</p> <p>E:1 075(Kj) 257(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 31(g) Zsír: 12(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,</p>	<p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsír: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsír: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>

2021.10.22.

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Élelmezésvezető