

Étlap (óvodás 3-6)

2022.06.13 - 2022.06.19.

Hétfő 2022.06.13	Kedd 2022.06.14.	Szerda 2022.06.15.	Csütörtök 2022.06.16.	Péntek 2022.06.17.	Szombat 2022.06.18.	Vasárnap 2022.06.19.
Tízórai Tea Kenyér teljes kiőrlésű margarinnal Diákcsemege felvágott Retek E: 379(Kj) 91(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 5(g) Zsir: 4(g)Cuk: 7(g)Só:0,12(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,Sz	Tejeskávé Briós E:1 277(Kj) 305(KCal) F: 10(g)Kol: 18(g)Sz: 36(g) Zsir: 6(g)Cuk: 15(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,	Tea Kenyér teljes kiőrlésű margarinnal Uzsonnasonka kígyóúborral E: 390(Kj) 93(KCal) F: 2(g)Kol: 0(g)Sz: 4(g) Zsir: 4(g)Cuk: 7(g)Só:0,20(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,Sz	Kakaó kifli margarinnal E:1 251(Kj) 299(KCal) F: 11(g)Kol: 24(g)Sz: 36(g) Zsir: 8(g)Cuk: 7(g)Só:0,96(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,Glutén,	Tea Kenyér teljes kiőrlésű Főtt virsli ketchup E:1 036(Kj) 248(KCal) F: 19(g)Kol: 38(g)Sz: 3(g) Zsir: 13(g)Cuk: 7(g)Só:0,26(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,Sz	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:
Ebéd Zöldborsó leves burgonyás tészta Csemegeúborral Alma E:2 396(Kj) 573(KCal) F: 23(g)Kol: 54(g)Sz:106(g) Zsir: 5(g)Cuk: 0(g)Só:2,34(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Kén-	Tyúkero leves Paraj főzelék Főtt kemény tojás E: 807(Kj) 193(KCal) F: 11(g)Kol:225(g)Sz: 21(g) Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só:0,10(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tej,Zeller,T	Almaleves Szárnyas tarhonyás hús Vegyesvágott savanyúság E:1 884(Kj) 451(KCal) F: 22(g)Kol: 53(g)Sz: 50(g) Zsir: 12(g)Cuk: 10(g)Só:0,40(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tej,Tojás,K	Brokkoli krémleves Budapest tokány Főtt burgonya E:1 284(Kj) 307(KCal) F: 18(g)Kol: 20(g)Sz: 49(g) Zsir: 3(g)Cuk: 0(g)Só:0,90(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tej,Tojás,Ze	Bableves kolbásszal Mákos guba Alma E:3 319(Kj) 794(KCal) F: 34(g)Kol: 22(g)Sz:100(g) Zsir: 20(g)Cuk: 15(g)Só:1,81(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Szójab	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:
Uzsonna Félbarna kenyér Magyaros vajkrém E: 41(Kj) 10(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 2(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Kenyér teljes kiőrlésű margarinnal Baromfipárizsi Póréhagyma E: 369(Kj) 88(KCal) F: 2(g)Kol: 6(g)Sz: 3(g) Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só:0,12(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,Sz	Félbarna kenyér Zöldfuszteres vajkrém E: 41(Kj) 10(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 2(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,	Kenyér teljes kiőrlésű cikksajt Retek E: 131(Kj) 31(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 5(g) Zsir: 2(g)Cuk: 0(g)Só:0,36(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,Sz	Krémtúró vaniliás E: 508(Kj) 122(KCal) F: 16(g)Kol: 0(g)Sz: 3(g) Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:

2022.06.17.

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Élelmezésvezető