

2026.06.08-06.12.

óvoda

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
tízórai	tejeskávé-1,2 császárszemle-1	activi tea-0 kacsamájás pástétom2,3,10 uborka0,barna kenyér-1	tej-2 főtt tojás3,lila hagyma0 margarin0,korp.kenyér1	alma tea-0 lángos-1	tej-2 sajtkrém-2,paprika0 korpás kenyér-1
sótart	1,01g	0,17g	0,22g	0,5g	0,25g
energia	408,86kcal	53,61kcal	232kcal	41,34kcal	100,38kcal
fehérje/állati	15,3/5,1g	1,52/0g	18,196/17,7g	0,57/0g	6,07/5,1g
zsír/telített	10,65/0,57g	3,69/1,12g	12,45/0,16g	2,54/0,01g	3,67/0,78g
szénh/cukor	60,6/0,11g	3,53/1,08g	11,38/0,01g	4,01/1,09g	10,29/0,6g
ebéd	zeller leves-1,3,4	burgonya leves-1,4	meggy leves-1,2	zöldborsó leves-1,3,4	szárnyas erőleves-1,3,4
	sült virslis-0 lencse főzelék-1 korpás kenyér-1	lekváros derelye-1,3 rozskenyér-1	panírozott hal-1,3,6 gombás rizs-1	sertés pörkölt tésztával-1,4 sav.uborka-0 rozskenyér-1	rakott zöldbab-2
sótart	0,29g	0,7g	0,58g	0,25g	0,87g
energia	262,01kcal	47,27kcal	102,03kcal	65,75kcal	74,76kcal
fehérje/állati	11,9/11,36g	1,2/0g	4,93/3,78g	3,53/2,31g	10,24/8,87g
zsír/telített	20,49/0,35g	1,77/0,3g	8,25/0g	2,53/0,26g	3,18/0,24g
szénh/cukor	0,14/0,02g	6,53/2g	2,05/0,02g	6,21/0,23g	2,17/0,62g
uzsonna	turista szalámi-0 margarin0,paprika0 korpás kenyér-1	szívecske joghurt-2 rozskenyér-1	pulyka pizza sonka0 margarin-0,paprika0 korpás kenyér-1	sonkás cikk sajt-0 rozskenyér-1 körte-0	sajtos pogácsa-1,2
sótart	0,14g	0,3g	0,13g	0,15g	0,65g
energia	22,93kcal	105,15kcal	19,65kcal	50,8kcal	276,61kcal
fehérje/állati	0,84/0g	7,7/7,2g	0,79/0g	2,21/0g	9,74/0,04g
zsír/telített	1,18/0,34g	2,37/0g	0,83/0,2g	2,36/1,47g	0,91/0,02g
szénh/cukor	1,86/0,02g	96,88/0g	1,88/0,02g	4,39/0,61g	57,23/0,15g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

allergének:

1-glutén

2-tej

3-tojás

4-zeller

5-mogyoró

6-hal

7-dióféle

8-mustár

9-szezámag

10-szója

é.v. Répási Erika