

Étlap (óvodások 3-6)

2022.08.29 - 2022.09.04.

Hétfő 2022.08.29	Kedd 2022.08.30.	Szerda 2022.08.31.	Csütörtök 2022.09.01.	Péntek 2022.09.02.
Tízórai Gyümölcsstea Vajkrém Teljeskiőrlésű kenyér SP Tv-paprika E: 915(Kj) 219(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 25(g) Zsir: 7(g)Cuk: 8(g)Só:0,55(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,Glutén,	Karamell 1,5 % Kakaós csiga 50gr E:1 666(Kj) 398(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 41(g) Zsir: 15(g)Cuk: 22(g)Só:0,20(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,	Tej 1,5 % Kolbászkrem Teljeskiőrlésű kenyér SP Kígyóuborka E:1 391(Kj) 333(KCal) F: 12(g)Kol: 1(g)Sz: 33(g) Zsir: 15(g)Cuk: 10(g)Só:0,81(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,Glutén,	Gyümölcsstea Olasz felvágott Margarin Teljeskiőrlésű kenyér SP Paradicsom E:1 075(Kj) 257(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsir: 10(g)Cuk: 8(g)Só:0,72(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 2(mg) Allergén:Szójabab,Glutén,	Tej 1,5 % Mákos búrkifli 50 gr E:1 215(Kj) 291(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 38(g) Zsir: 11(g)Cuk: 19(g)Só:0,47(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,
Ebéd Zöldborsóleves / húsos // sertés / Túrós derelye / kész / Alma E:1 156(Kj) 277(KCal) F: 17(g)Kol: 3(g)Sz: 29(g) Zsir: 11(g)Cuk: 6(g)Só:2,64(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Zeller,Tojás,Tej,Szójaba	Tarhonyaleves Paradicsomos húsgombóc / pulyka / Félbarna kenyér Alma E:2 553(Kj) 611(KCal) F: 31(g)Kol: 33(g)Sz: 96(g) Zsir: 14(g)Cuk: 20(g)Só:4,95(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Zeller,	Rántott leves kiflikarikával Rakott kelkáposzta /pulyka / Félbarna kenyér Alma E:2 109(Kj) 504(KCal) F: 27(g)Kol: 7(g)Sz: 72(g) Zsir: 21(g)Cuk: 6(g)Só:4,41(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tej,	Zöldbableves / magyaros / Sertéspörkölt Tészta köret Csemege uborka / kész / E:1 901(Kj) 455(KCal) F: 24(g)Kol: 24(g)Sz: 56(g) Zsir: 15(g)Cuk: 3(g)Só:3,45(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Zeller,Tojás,	Csontleves Búbos hús Burgonyapüré Csemege uborka / kész / Alma E:2 017(Kj) 483(KCal) F: 29(g)Kol:148(g)Sz: 48(g) Zsir: 20(g)Cuk: 4(g)Só:5,77(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 7(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Zeller,Tej,
Uzsonna Párizsi Margarin Félbarna kenyér E: 939(Kj) 225(KCal) F: 7(g)Kol: 23(g)Sz: 27(g) Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só:1,56(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 0(mg) Allergén:Szójabab,Glutén,	Kenomájás Teljeskiőrlésű kenyér SP Paradicsom E: 747(Kj) 179(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsir: 6(g)Cuk: 1(g)Só:0,47(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 2(mg) Allergén:Szójabab,Zeller,Glutén,	Méz Félbarna kenyér Margarin E: 788(Kj) 189(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 35(g) Zsir: 3(g)Cuk: 8(g)Só:0,99(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,	Piskóta szelet / csomagolt / Alma E:3 252(Kj) 778(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz:118(g) Zsir: 29(g)Cuk: 71(g)Só:1,26(g) Tel.Zs: 13(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Dióféle,Tej,Szójabab,	Lapka sajt Teljes kiőrlésű zsemle E: 215(Kj) 51(KCal) F: 3(g)Kol: 0(g)Sz: 1(g) Zsir: 4(g)Cuk: 1(g)Só:0,66(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,