

Étlap (óvoda 3-6 év)

2025.06.02 - 2025.06.08.

<i>Hétfő</i> 2025.06.02	<i>Kedd</i> 2025.06.03.	<i>Szerda</i> 2025.06.04.	<i>Csütörtök</i> 2025.06.05.	<i>Péntek</i> 2025.06.06.
Tízórai Gyümölcs tea Sonkakrém (Glutén,Szójabab,Tej,Tojás,Diófélék,) Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén,) Kígyóuborka E: 990(Kj) 237(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsir: 10(g)Cuk: 8(g)Só:0,57(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 0(mg)	Kakaó 1,5 % (Tej,) Vaniliás csiga 50 gr (Glutén,Tojás,Tej,) E:3 047(Kj) 729(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 45(g) Zsir: 11(g)Cuk:125(g)Só:2,34(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 0(mg)	Gyümölcs tea Főtt virsli (Szójabab,) Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén,) Mustár E:1 435(Kj) 343(KCal) F: 12(g)Kol: 50(g)Sz: 24(g) Zsir: 18(g)Cuk: 7(g)Só:1,31(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 0(mg)	Gyümölcs tea Körözött (Tej,) Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén,) Paradicsom E: 822(Kj) 197(KCal) F: 8(g)Kol: 9(g)Sz: 24(g) Zsir: 4(g)Cuk: 8(g)Só:0,83(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 2(mg)	Tej 1,5 % (Tej,) Tojáskrém (Tojás,Tej,) Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén,) Kígyóuborka E:1 290(Kj) 309(KCal) F: 12(g)Kol: 41(g)Sz: 34(g) Zsir: 13(g)Cuk: 10(g)Só:0,96(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 0(mg)
Ebéd Tárkonyos sertésragu leves (Zeller,Glutén,Tojás,) Burgonyás tészta (Glutén,Tojás,) Csem. uborka / kész / / édesítős. is ta Alma E:2 030(Kj) 486(KCal) F: 26(g)Kol: 21(g)Sz: 68(g) Zsir: 12(g)Cuk: 7(g)Só:5,00(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 4(mg)	Tojásleves (Tojás,Glutén,) Csirkemáj rizottó (Tej,) Csem. uborka / kész / / édesítős. is ta Alma E:1 798(Kj) 430(KCal) F: 26(g)Kol:141(g)Sz: 54(g) Zsir: 20(g)Cuk: 5(g)Só:3,36(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 0(mg)	Tavaszi zöldségleves (Zeller,Glutén,Tojás,) Rakott zöldbab / sertés / (Tej,) Félbarna kenyér (Glutén,) E:1 877(Kj) 449(KCal) F: 13(g)Kol: 5(g)Sz: 61(g) Zsir: 18(g)Cuk: 7(g)Só:4,57(g) Tel.Zs: 11(g)Ca: 2(mg)	Kertészleves (Zeller,Glutén,Tojás,) Halfasírt (Tojás,Glutén,Tej,Szójabab,Szezámag,Mustár,Diófélék,Földimogyoró,) Finomfőzelék (Glutén,Tej,) Félbarna kenyér (Glutén,) Alma E:3 542(Kj) 847(KCal) F: 46(g)Kol: 32(g)Sz: 73(g) Zsir: 44(g)Cuk: 13(g)Só:5,27(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 1(mg)	Zellerleves / magyaros / (Zeller,Glutén,Tojás,) Csikós tokány / sertés / (Tej,Glutén,) Párolt rizs Alma E:1 979(Kj) 473(KCal) F: 21(g)Kol: 6(g)Sz: 62(g) Zsir: 23(g)Cuk: 5(g)Só:3,48(g) Tel.Zs: 13(g)Ca: 0(mg)
Uzsonna Párizsi Margarin Félbarna kenyér (Glutén,) E: 759(Kj) 181(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 27(g) Zsir: 4(g)Cuk: 0(g)Só:1,49(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg)	Margarin Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén,) Lilahagyma E: 554(Kj) 133(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 25(g) Zsir: 1(g)Cuk: 1(g)Só:0,33(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Túró rudi Korpás keksz (Glutén,Tojás,Diófélék,Szezámag,Tej,) E: 776(Kj) 186(KCal) F: 6(g)Kol: 40(g)Sz: 21(g) Zsir: 8(g)Cuk: 1(g)Só:0,18(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg)	Méz Margarin Félbarna kenyér (Glutén,) E: 677(Kj) 162(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 35(g) Zsir: 0(g)Cuk: 8(g)Só:0,87(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Kockasajt (Tej,) Tejes kifli SP (Tej,Glutén,) E: 736(Kj) 176(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 29(g) Zsir: 4(g)Cuk: 1(g)Só:0,71(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg)