

Étlap (óvoda 3-6 év)

2025.06.16 - 2025.06.22.

<i>Hétfő</i> 2025.06.16	<i>Kedd</i> 2025.06.17.	<i>Szerda</i> 2025.06.18.	<i>Csütörtök</i> 2025.06.19.	<i>Péntek</i> 2025.06.20.
Tízórai Gyümölcs tea Gépsonka (Glutén,Szójabab,Tej,Tojás,Diófélék,) Margarin Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén,) Kígyóborka E: 665(Kj) 159(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsir: 2(g)Cuk: 8(g)Só:0,38(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg)	Tej 1,5 % (Tej,) Ízes bukta SP (Glutén,Tojás,Tej,) E:1 133(Kj) 271(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 42(g) Zsir: 6(g)Cuk: 21(g)Só:0,48(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 0(mg)	Gyümölcs tea Sajtkrém (Tej,) Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén,) Tv-paprika E: 997(Kj) 239(KCal) F: 6(g)Kol: 10(g)Sz: 24(g) Zsir: 9(g)Cuk: 7(g)Só:0,33(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Tej 1,5 % (Tej,) Kakaós foszlós kalács (Glutén,Tojás,Tej,) E:1 267(Kj) 303(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 47(g) Zsir: 7(g)Cuk: 10(g)Só:0,20(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg)	Gyümölcs tea Sonkakrém (Glutén,Szójabab,Tej,Tojás,Diófélék,) Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén,) Paradicsom E: 973(Kj) 233(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: 2(mg)
Ebéd Húsgombóc leves /sertéshús / (Glutén,Tej,Tojás,) Grízes tészta (Glutén,Tojás,) Alma E:2 358(Kj) 564(KCal) F: 43(g)Kol: 45(g)Sz: 79(g) Zsir: 14(g)Cuk: 28(g)Só:4,53(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 0(mg)	Pirított kiskagyló leves (Glutén,Tojás,) Fokhagymás sertésragu Burgonyafőzelék (Glutén,Tej,) Félbarna kenyér (Glutén,) Alma E:2 483(Kj) 594(KCal) F: 27(g)Kol: 6(g)Sz: 70(g) Zsir: 24(g)Cuk: 9(g)Só:5,27(g) Tel.Zs: 16(g)Ca: 9(mg)	Paradicsom Paprikás burgonya virslivel (Szójabab,) Félbarna kenyér (Glutén,) Csem. uborka / kész / / édesítős. is ta Alma E:2 149(Kj) 514(KCal) F: 15(g)Kol: 37(g)Sz: 61(g) Zsir: 21(g)Cuk: 5(g)Só:3,92(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 9(mg)	Tavaszi zöldség leves (Zeller,Glutén,Tojás,) Sült tarja Paradicsommártás (Glutén,Zeller,) Tört burgonya 1/2 adag Félbarna kenyér (Glutén,) Alma E:2 458(Kj) 588(KCal) F: 24(g)Kol: 3(g)Sz: 84(g) Zsir: 14(g)Cuk: 25(g)Só:4,60(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 4(mg)	Fahéjas szilvaleves (Glutén,Tej,) Rántott halfilé (Halak,Glutén,Tej,Tojás,Szójabab,Szezám,Mu stár,Diófélék,) Párolt rizs mexikói zöldséggel Csem. uborka / kész / / édesítős. is ta Alma E:3 548(Kj) 849(KCal) F: 38(g)Kol: 86(g)Sz: 80(g) Zsir: 54(g)Cuk: 16(g)Só:3,20(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 0(mg)
Uzsonna 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)	Zala felvágott Margarin Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén,) Tv-paprika E: 544(Kj) 130(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsir: 1(g)Cuk: 0(g)Só:0,33(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Habos puding Háztartási keksz (Glutén,) E: 533(Kj) 128(KCal) F: 3(g)Kol: 0(g)Sz: 23(g) Zsir: 2(g)Cuk: 7(g)Só:1,08(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Olasz felvágott Margarin Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén,) Kígyóborka E: 539(Kj) 129(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsir: 1(g)Cuk: 1(g)Só:0,33(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)