

Étlap (óvoda 3-6 év)

2026.04.27 - 2026.05.03.

<i>Hétfő</i> 2026.04.27	<i>Kedd</i> 2026.04.28.	<i>Szerda</i> 2026.04.29.	<i>Csütörtök</i> 2026.04.30.	<i>Péntek</i> 2026.05.01.	<i>Szombat</i> 2026.05.02.
Tízórai Gyümölcs tea Sajtkrém (Tej.) Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén,) Kígyóborka E: 992(Kj) 237(KCal) F: 6(g)Kol: 10(g)Sz: 33(g) Zsir: 9(g)Cuk: 8(g)Só:0,33(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Tejbedara kakaós cukorral (Tej,Glutén,) E:2 542(Kj) 608(KCal) F: 22(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 3(g)Cuk:122(g)Só:2,02(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg)	Tej 1,5 % (Tej.) Kolbászkrem (Tej.) Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén,) Kígyóborka E:1 398(Kj) 335(KCal) F: 12(g)Kol: 1(g)Sz: 34(g) Zsir: 16(g)Cuk: 10(g)Só:0,81(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 0(mg)	Gyümölcs tea Párizsi Margarin Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén,) Tv-paprika E: 889(Kj) 213(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsir: 5(g)Cuk: 7(g)Só:0,95(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg)		
Ebéd Vegyes zöldség leves (Zeller,Glutén,Tojás,) Bolognai spagetti / sertés / (Glutén, Tojás, Tej.) Alma E:2 134(Kj) 511(KCal) F: 25(g)Kol: 28(g)Sz: 54(g) Zsir: 17(g)Cuk: 11(g)Só:5,23(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 1(mg)	Reszelt tésztaleves (Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár,) Lecsós csirkemáj Párolt rizs Alma E:1 875(Kj) 449(KCal) F: 18(g)Kol: 23(g)Sz: 61(g) Zsir: 21(g)Cuk: 5(g)Só:3,86(g) Tel.Zs: 18(g)Ca: 2(mg)	Tojásleves (Tojás,Glutén,) Csirkemellcsík kukoricapelyhes morzsában (Szójabab,Tej,Tojás,Zeller,Mustár,Szezám mag,) Zöldborsófőzelék (Glutén, Tej,) Félbarna kenyér (Glutén,) E:2 883(Kj) 690(KCal) F: 34(g)Kol:108(g)Sz: 70(g) Zsir: 22(g)Cuk: 39(g)Só:4,88(g) Tel.Zs: 12(g)Ca: 0(mg)	Zeller krémleves / tejszínes / (Tej,Glutén,Zeller,Tojás,Földimogyoró,Diófélék,Szójabab,) Sajtos sertés szelet (Tej,Tojás,Glutén,) Burgonyapüré (Tej,) Csem. uborka / kész / / édesítős. is ta Alma E:2 290(Kj) 548(KCal) F: 32(g)Kol: 61(g)Sz: 51(g) Zsir: 26(g)Cuk: 6(g)Só:5,75(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 8(mg)		
Uzsonna Sárgabarack dzsem (Mustár,Tej,Tojás,) Margarin Félbarna kenyér (Glutén,) E: 703(Kj) 168(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 36(g) Zsir: 0(g)Cuk: 9(g)Só:0,92(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Kockasajt (Tej.) Teljes kiőrlésű kifli SP (Glutén,Tej,) E: 719(Kj) 172(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 25(g) Zsir: 4(g)Cuk: 1(g)Só:0,47(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg)	Bríós (Glutén,Tojás,Tej,) E: 577(Kj) 138(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 23(g) Zsir: 3(g)Cuk: 4(g)Só:0,26(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg)	Gyümölcs joghurt (Tej.) Tejes kifli SP (Tej,Glutén,) E:1 119(Kj) 268(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 45(g) Zsir: 5(g)Cuk: 17(g)Só:0,80(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 0(mg)		