

Étlap (óvoda 3-6 év)

2026.05.18 - 2026.05.24.

| Hétfő 2026.05.18 | Kedd 2026.05.19. | Szerda 2026.05.20. | Csütörtök 2026.05.21. | Péntek 2026.05.22. | Szombat 2026.05.23. |
|---|---|---|---|--|-------------------------------|
| Tízórai Gyümölcstea Vajkrém (Tej.) Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén, Kígyóuborka E: 910(Kj) 218(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 25(g) Zsir: 7(g)Cuk: 8(g)Só:0,55(g) Tel.Zs: 4(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) | Tej 1,5 % (Tej.) Tojáskrém (Tojás,Tej.) Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén, Tv-paprika E:1 295(Kj) 310(KCal) F: 12(g)Kol: 41(g)Sz: 33(g) Zsir: 13(g)Cuk: 10(g)Só:0,96(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 0(mg) | Tejbeara 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.) Tavaszi felvágott Margarin Félbarna kenyér (Glutén.) E: 924(Kj) 221(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 36(g) Zsir: 3(g)Cuk: 10(g)Só:1,07(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg) | |
| Ebéd Zöldborsóleves / húsos // sertés / (Zeller,Glutén,Tojás.) Túrós metélt (Glutén,Tojás,Tej.) Alma E:2 192(Kj) 524(KCal) F: 28(g)Kol: 46(g)Sz: 54(g) Zsir: 16(g)Cuk: 18(g)Só:3,24(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 0(mg) | Vajas galuskaleves (Zeller,Glutén,Tojás,Tej.) Rakott zöldbab / sertés / (Tej.) Félbarna kenyér (Glutén.) Alma E:2 015(Kj) 482(KCal) F: 22(g)Kol: 35(g)Sz: 65(g) Zsir: 20(g)Cuk: 9(g)Só:5,57(g) Tel.Zs: 12(g)Ca: 2(mg) | Tárkonyos csirkeragu leves (Zeller,Glutén,Tej,Tojás.) Pizza (E) (Glutén,Szójabab,Tej,Tojás,Diófélék.) Alma E:1 918(Kj) 459(KCal) F: 48(g)Kol: 39(g)Sz: 42(g) Zsir: 15(g)Cuk: 11(g)Só:2,73(g) Tel.Zs: 13(g)Ca: 0(mg) | Zabgaluska leves (Zeller,Glutén,Tojás.) Aprópecsenye /sertés / Bulgur (Glutén,Földimogyoró,Diófélék,Szezám g,Kén-dioxid.) Csem. uborka / kész // édesítész. is ta Alma E:2 172(Kj) 520(KCal) F: 32(g)Kol: 38(g)Sz: 59(g) Zsir: 20(g)Cuk: 6(g)Só:4,51(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 0(mg) | Vegyes gyümölcsleves / tejszínes / (Glutén,Tej.) Rántott halfilé (Halak,Glutén,Tej,Tojás,Szójabab,Szezám mag,Mustár,Diófélék.) Rizi-bizi Csem. uborka / kész // édesítész. is ta Alma E:5 896(Kj) 1 411(KCal) F: 30(g)Kol: 86(g)Sz: 92(g) Zsir: 56(g)Cuk:158(g)Só:2,90(g) Tel.Zs: 15(g)Ca: 0(mg) | |
| Üzsonna Olasz felvágott Margarin Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén.) E: 519(Kj) 124(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 23(g) Zsir: 1(g)Cuk: 0(g)Só:0,33(g) Tel.Zs: 0(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) | 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) | Kenomájás (Szójabab,Zeller.) Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén.) Tv-paprika E: 768(Kj) 184(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsir: 6(g)Cuk: 0(g)Só:0,47(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg) | Pizzás csiga teljes kiőrlésű 50 gr (Glutén,Tojás,Tej.) E: 640(Kj) 153(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 19(g) Zsir: 6(g)Cuk: 1(g)Só:0,18(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg) | |