

Étlap (óvoda 3-6 év)

2026.06.22 - 2026.06.28.

Hétfő 2026.06.22	Kedd 2026.06.23.	Szerda 2026.06.24.	Csütörtök 2026.06.25.	Péntek 2026.06.26.	Szombat 2026.06.27.
Tízórai Gyümölcsstea Vajkrém (Tej.) Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén, Kígyóborka 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.) Briós (Glutén,Tojás,Tej.) E: 961(Kj) 230(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 6(g)Cuk: 14(g)Só:0,46(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 0(mg)	Tej 1,5 % (Tej.) Kakaós csiga 50gr E:1 459(Kj) 349(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 41(g) Zsir: 15(g)Cuk: 10(g)Só:0,20(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg)	Tejbedara fahéjas cukorral (Tej,Glutén.) E:2 524(Kj) 604(KCal) F: 22(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 3(g)Cuk:122(g)Só:2,00(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg)	Gyümölcsstea Kolbászkrém (Tej.) Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén, Paradicsom E:1 124(Kj) 269(KCal) F: 6(g)Kol: 1(g)Sz: 24(g) Zsir: 13(g)Cuk: 8(g)Só:0,61(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 2(mg)	
Ebéd Kassai burgonyaleves / sertés / (Tej,Zeller,Glutén.) Káposztás kocka (Glutén,Tojás.) E:1 908(Kj) 457(KCal) F: 14(g)Kol: 18(g)Sz: 61(g) Zsir: 15(g)Cuk: 8(g)Só:3,80(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 4(mg)	Gombaleves / magyaros / (Glutén,Zeller,Tojás.) Bácskai rizseshús /sertés/ (Tej,Zeller,Mustár,Glutén.) Csem. uborka / kész // édesítős. is ta Alma E:1 934(Kj) 463(KCal) F: 20(g)Kol: 24(g)Sz: 58(g) Zsir: 18(g)Cuk: 7(g)Só:3,15(g) Tel.Zs: 14(g)Ca: 40(mg)	Hamis gulyásleves (Zeller,Glutén,Tojás,Tej,Mustár.) Tükörtojás (Tojás.) Főtt burgonya 1/2 adag Sós kamártás (Glutén,Tej.) Félbarna kenyér (Glutén.) Alma E:2 289(Kj) 548(KCal) F: 35(g)Kol:286(g)Sz: 71(g) Zsir: 16(g)Cuk: 17(g)Só:4,62(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 6(mg)	Csontleves (Glutén,Tojás,Zeller.) Borsos sertés tokány (Glutén,Tej.) Bulgur (Glutén,Földimogyoró,Diófélék,Szezámma g,Kén-dioxid.) Alma E:2 056(Kj) 492(KCal) F: 23(g)Kol: 0(g)Sz: 52(g) Zsir: 20(g)Cuk: 7(g)Só:3,59(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 1(mg)	Zeller krémleves / tejszínes / (Tej,Glutén,Zeller,Tojás,Földimogyoró,Di ófélék,Szójabab.) Óvári sertéskaraj (Tej.) Petrezselymes burgonya Csem. uborka / kész // édesítős. is ta Alma E:2 078(Kj) 497(KCal) F: 24(g)Kol: 8(g)Sz: 48(g) Zsir: 23(g)Cuk: 6(g)Só:6,43(g) Tel.Zs: 10(g)Ca: 8(mg)	
Uzsonna Croissant / csomagolt / (Glutén,Tojás,Tej,Szójabab.) Alma E: 988(Kj) 236(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsir: 12(g)Cuk: 12(g)Só:0,47(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 0(mg)	Olasz 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)	Májusi csemege Margarin Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén.) Kígyóborka E: 730(Kj) 175(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsir: 5(g)Cuk: 1(g)Só:0,81(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg)	Vajkrém (Tej.) Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén.) Tv-paprika E: 788(Kj) 189(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 25(g) Zsir: 7(g)Cuk: 1(g)Só:0,55(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 0(mg)	Lapka sajt (Tej.) Tejes kifli SP (Tej,Glutén.) E: 806(Kj) 193(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 28(g) Zsir: 5(g)Cuk: 1(g)Só:1,23(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	