

Étlap (óvoda 3-6 év)

2026.08.31 - 2026.09.06.

<i>Hétfő</i> 2026.08.31	<i>Kedd</i> 2026.09.01.	<i>Szerda</i> 2026.09.02.	<i>Csütörtök</i> 2026.09.03.	<i>Péntek</i> 2026.09.04.	<i>Szombat</i> 2026.09.05.
Tízórai Tej 1,5 % (Tej,) Sonkakrém (Glutén,Szójabab,Tej,Tojás,Diófélék,) Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén,) Tv-paprika E:1 252(Kj) 300(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 13(g)Cuk: 10(g)Só:0,77(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 0(mg)	Kakaó 1,5 % (Tej,) Kakaós foszlós kalács (Glutén,Tojás,Tej,) E:3 158(Kj) 756(KCal) F: 13(g)Kol: 0(g)Sz: 58(g) Zsir: 7(g)Cuk:120(g)Só:2,02(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg)	Gyümölcs tea Zöldséges felvágott Margarin Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén,) Paradicsom E: 968(Kj) 232(KCal) F: 9(g)Kol: 15(g)Sz: 24(g) Zsir: 7(g)Cuk: 8(g)Só:0,33(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 2(mg)	Gyümölcs tea Körözött (Tej,) Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén,) Kígyóuborka E: 839(Kj) 201(KCal) F: 8(g)Kol: 9(g)Sz: 25(g) Zsir: 4(g)Cuk: 8(g)Só:0,83(g) Tel.Zs: 1(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)	
Ebéd Zellerleves / magyaros / (Zeller, Glutén, Tojás,) Milánói makaróni (Glutén, Tojás, Tej,) Alma E:2 211(Kj) 529(KCal) F: 26(g)Kol: 28(g)Sz: 63(g) Zsir: 17(g)Cuk: 14(g)Só:4,43(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 0(mg)	Pirított kiskagylóleves (Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,) Sertéspörkölt Burgonyafőzelék (Glutén, Tej,) Félbarna kenyér (Glutén,) E:2 460(Kj) 589(KCal) F: 27(g)Kol: 26(g)Sz: 70(g) Zsir: 25(g)Cuk: 8(g)Só:5,71(g) Tel.Zs: 18(g)Ca: 44(mg)	Csontleves (Glutén, Tojás, Zeller,) Lecsős bulgur / virslis / (Glutén, Földimogyoró, Diófélék, Szezám, g, Kén-dioxid, Szójabab,) Félbarna kenyér (Glutén,) E:2 706(Kj) 647(KCal) F: 22(g)Kol: 43(g)Sz: 73(g) Zsir: 27(g)Cuk: 3(g)Só:5,30(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 1(mg)	Bableves / sertés / füstölt hússal (Glutén, Zeller, Földimogyoró, Diófélék, Szezám, g, Kén-dioxid,) Meggyes töltött nudli (Glutén, Tej, Tojás, Szójabab, Szezám, g, Mustár, Diófélék, Földimogyoró, Zeller,) Félbarna kenyér (Glutén,) E:1 733(Kj) 415(KCal) F: 25(g)Kol: 0(g)Sz: 56(g) Zsir: 10(g)Cuk: 5(g)Só:4,22(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg)	Brokkoli krémleves / tejszínes / (Glutén, Tojás, Tej, Földimogyoró, Diófélék, Szójabab,) Óvári sertéskaraj (Tej,) Burgonyapüré (Tej,) Csem. uborka / kész / / édesítősz. is ta Alma E:1 911(Kj) 457(KCal) F: 27(g)Kol: 8(g)Sz: 47(g) Zsir: 18(g)Cuk: 8(g)Só:6,65(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 7(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)	Müzli szelet (Glutén, Földimogyoró, Diófélék, Szezám, g, Szójabab, Tej,) Alma E: 416(Kj) 100(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 17(g) Zsir: 3(g)Cuk: 8(g)Só:0,48(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	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)	Piskóta szelet / csomagolt / (Glutén, Diófélék, Tej, Szójabab,) Alma E:3 330(Kj) 797(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 122(g) Zsir: 29(g)Cuk: 74(g)Só:1,26(g) Tel.Zs: 13(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)	