

Étlap (óvoda 3-6 év)

2026.10.26 - 2026.11.01.

<i>Hétfő</i> 2026.10.26	<i>Kedd</i> 2026.10.27.	<i>Szerda</i> 2026.10.28.	<i>Csütörtök</i> 2026.10.29.	<i>Péntek</i> 2026.10.30.	<i>Szombat</i> 2026.10.31.
Tízórai Gyümölcs tea Sonkakrém (Glutén,Szójabab,Tej,Tojás,Diófélék,) Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén,) Tv-paprika E: 995(Kj) 238(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsir: 10(g)Cuk: 7(g)Só:0,57(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 0(mg)	Tej 1,5 % (Tej,) Olasz felvágott Margarin Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén,) Lilahagyma E: 938(Kj) 224(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 34(g) Zsir: 4(g)Cuk: 11(g)Só:0,53(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg)	Gyümölcs tea 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,) 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 Párizsi Margarin Teljeskiőrlésű kenyér SP (Glutén,) Paradicsom E: 867(Kj) 208(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsir: 5(g)Cuk: 8(g)Só:0,95(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 2(mg)	
Ebéd Haséleves /sertés/ (Zeller,Glutén,Tej,Mustár,) Burgonyás tészta (Glutén,Tojás,) Csem. uborka / kész / / édesítős. is ta Alma E:2 219(Kj) 531(KCal) F: 23(g)Kol: 24(g)Sz: 77(g) Zsir: 15(g)Cuk: 9(g)Só:4,56(g) Tel.Zs: 10(g)Ca: 42(mg)	Tejleves (Tej,Glutén,Tojás,) Tavaszi rizseshús / sertés / Csem. uborka / kész / / édesítős. is ta E:1 920(Kj) 459(KCal) F: 22(g)Kol: 22(g)Sz: 62(g) Zsir: 19(g)Cuk: 23(g)Só:2,31(g) Tel.Zs: 17(g)Ca: 1(mg)	Pírtott kiskagylóleves (Glutén,Tojás,Tej,Zeller,Mustár,) Sertéspörkölt Tökfőzelék (Glutén,Tej,) Félbarna kenyér (Glutén,) E:2 134(Kj) 511(KCal) F: 26(g)Kol: 26(g)Sz: 56(g) Zsir: 23(g)Cuk: 7(g)Só:5,69(g) Tel.Zs: 18(g)Ca: 39(mg)	Vegyes gyümölcsleves / tejszínes / (Glutén,Tej,) Rántott halfilé (Halak,Glutén,Tej,Tojás,Szójabab,Szezám mag,Mustár,Diófélék,) Petrezselymes burgonya Csem. uborka / kész / / édesítős. is ta E:5 877(Kj) 1 406(KCal) F: 30(g)Kol: 86(g)Sz: 82(g) Zsir: 51(g)Cuk:155(g)Só:3,91(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 10(mg)	Zöldbableves / magyaros / (Glutén,Zeller,Tojás,) Bakonyi ragu / sertés / (Glutén,Tej,) Tészta köret E:2 033(Kj) 486(KCal) F: 25(g)Kol: 26(g)Sz: 59(g) Zsir: 18(g)Cuk: 5(g)Só:4,17(g) Tel.Zs: 4(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)	Mese Keksz 40 gr (Glutén,Szójabab,Tej,Diófélék,Földimogyoró, Tojás,) Alma E: 872(Kj) 209(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 29(g) Zsir: 8(g)Cuk: 11(g)Só:0,22(g) Tel.Zs: 4(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)	Múzli szelet (Glutén,Földimogyoró,Diófélék,Szezám mag,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)	Alma Croissant / csomagolt / (Glutén,Tojás,Tej,Szójabab,) 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)	