

2018. november 26. – december 1.

Óvoda 48 .hét	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
<b>Tízórai</b>	Tejeskávé Kenőmájas kenyér Retek	Tea gyümölcsös Csirkemell sonkás szendvics Paradicsom	Tea gyümölcsös Kifli Főtt virsli Mustár	Kakaó Kápia paprika Zala-szendvics	Tej Gabonapehely	Tea gyümölcsös Retek Sonkás szendvics
	<i>Allergének:</i> glutén, mustár, tej energia 304 kcal    szénhidr.40,1 g fehérje 14 g        cukor 10 g zsír 9 g              só 0 g	<i>Allergének:</i> glutén, szezám energia 234 kcal    szénhidr.28,7 g fehérje 9,7 g        cukor 10 g zsír 8,8 g            só 0 g	<i>Allergének:</i> glutén, mustár energia 312 kcal    szénhidr.23,1 g fehérje 13,4 g        cukor 18,9 g zsír 17,6 g            só 3,6 g	<i>Allergének:</i> glutén, tej energia 369 kcal    szénhidr.53 g fehérje 16,2 g        cukor 13,1 g zsír 15,5 g            só 0,8 g	<i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, tej energia 184 kcal    szénhidr.25,3 g fehérje 7,9 g        cukor 5 g zsír 5 g                só 0,2 g	<i>Allergének:</i> glutén, szezám energia 219 kcal    szénhidr.28,9 g fehérje 8,1 g        cukor 10 g zsír 7,8 g            só 0 g
<b>Ebéd</b>	Zellerkrémleves Frankfurti sertés tokány Párolt rizs ½ Gyümölcs	Hamis gulyásleves Főtt tojás Zöldborsófőzelék ½ Gyümölcs Félbarna kenyér	Sertés raguleves Tejbedara ½ Gyümölcs	Csontleves Harsapaprikás Tésztaköret	Daragaluska leves Paprikás burgonya Cékla Félbarna kenyér	Paradicsomleves Rizses hús Csemege uborka
	<i>Allergének:</i> glutén, tej, zeller energia 787 kcal    szénhidr.83,4 g fehérje 24,7 g        cukor 0,9 g zsír 36,9 g            só 5,6 g	<i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojások, zeller energia 500 kcal    szénhidr.84,6 g fehérje 23,4 g        cukor 2,1 g zsír 5,4 g            só 2,3 g	<i>Allergének:</i> glutén, tej, zeller energia 640 kcal    szénhidr.85,3 g fehérje 25,6 g        cukor 24,5 g zsír 19,4 g            só 2 g	<i>Allergének:</i> glutén, hal, mustár, szójabab, tej, tojások, "" energia 702 kcal    szénhidr.80,4 g fehérje 28,5 g        cukor 0,2 g zsír 9,9 g            só 5,1 g	<i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller energia 757 kcal    szénhidr.93,4 g fehérje 24,6 g        cukor 0,1 g zsír 27,5 g            só 3,1 g	<i>Allergének:</i> glutén, zeller energia 647 kcal    szénhidr.94,5 g fehérje 22,3 g        cukor 15 g zsír 18,3 g            só 4 g
<b>Uzsonna</b>	Korpás kenyér Vajas-mézes	Körözöttes kenyér Paprika	Kígyóuborka Vajkrémes kenyér	Croissant ½ Alma	Paradicsom Szalámis kenyér	Lekváros kenyér
	<i>Allergének:</i> glutén, tej energia 272 kcal    szénhidr.31,8 g fehérje 4 g            cukor 0,3 g zsír 14,6 g            só 0,7 g	<i>Allergének:</i> glutén, tej energia 152 kcal    szénhidr.20,9 g fehérje 7,2 g        cukor 0 g zsír 4 g                só 1 g	<i>Allergének:</i> glutén, tej energia 178 kcal    szénhidr.20,5 g fehérje 4,6 g        cukor 0 g zsír 8,4 g            só 0,1 g	<i>Allergének:</i> glutén energia 82 kcal     szénhidr.12,6 g fehérje 1,1 g        cukor 0 g zsír 3 g                só 0,1 g	<i>Allergének:</i> glutén energia 159 kcal    szénhidr.20,5 g fehérje 4,3 g        cukor 0 g zsír 6,5 g            só 0 g	<i>Allergének:</i> glutén energia 98 kcal     szénhidr.19,2 g fehérje 3,9 g        cukor 0 g zsír 0,4 g            só 0 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!