

## 2018.MÁJUS 7-11

Óvoda 19.hét	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b>	<p style="text-align: center;">Tejeskávé ráma margarin csészés Zala felvágott Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 341 kcal      szénhidr.40 g fehérje 13,9 g      cukor 100 g zsír 13,4 g          só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">tej Mogyorókrém</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 198 kcal      szénhidr.29,8 g fehérje 10,7 g      cukor 0 g zsír 3,4 g          só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Tea gyümölcsös Párizsi krémes kenyér Retek</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 113 kcal      szénhidr.12,9 g fehérje 2,8 g      cukor 100,1 g zsír 5,6 g          só 0,4 g</p>	<p style="text-align: center;">Tejeskávé Gépsonkás kenyér paradicsom</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 329 kcal      szénhidr.41,1 g fehérje 15,6 g      cukor 100 g zsír 10,9 g          só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Tea gyümölcsös Kígyóuborka Májkrémes kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 142 kcal      szénhidr.29,8 g fehérje 4,1 g      cukor 100 g zsír 0,4 g          só 0 g</p>
<b>Ebéd</b>	<p style="text-align: center;">Citromos kerti leves Tarhonyás hús Csemege uborka vödrös</p> <p><i>Allergének:</i> tej, zeller</p> <p>energia 524 kcal      szénhidr.79,3 g fehérje 30 g      cukor 0 g zsír 7,9 g          só 0,3 g</p>	<p style="text-align: center;">Tojásleves Sült krinolin Lencsefőzelék Kenyér félbarna sütemény</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, tej, tojások</p> <p>energia 551 kcal      szénhidr.72,9 g fehérje 24,3 g      cukor 15 g zsír 16,4 g          só 0,3 g</p>	<p style="text-align: center;">Francia hagymaleves Fokhagymás apró peccsenye sertés Sósburgonya Káposztasaláta vödrös</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 558 kcal      szénhidr.68 g fehérje 27,4 g      cukor 0 g zsír 16,1 g          só 0,5 g</p>	<p style="text-align: center;">Csontleves Vagdalt Paradicsomos káposzta Kenyér félbarna Túró rúdi</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 1064 kcal      szénhidr.110,7 g fehérje 46,4 g      cukor 150 g zsír 45,5 g          só 0,5 g</p>	<p style="text-align: center;">Alma Gulyásleves Tejberizs Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, zeller</p> <p>energia 804 kcal      szénhidr.144,3 g fehérje 22,2 g      cukor 250 g zsír 12,6 g          só 0,2 g</p>
<b>Uzsonna</b>	<p style="text-align: center;">Körözöttes kenyér Lila hagyma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 129 kcal      szénhidr.21,9 g fehérje 4,6 g      cukor 0 g zsír 2,4 g          só 0,1 g</p>	<p style="text-align: center;">Kakaós csiga Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 281 kcal      szénhidr.36,5 g fehérje 4,1 g      cukor 0 g zsír 12,3 g          só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">gyümölcsjoghurt Kifli</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 3186 kcal      szénhidr.597,3 g fehérje 105,5 g      cukor 0 g zsír 27,5 g          só 0,1 g</p>	<p style="text-align: center;">Magvas perec</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, glutén, szezámmag</p> <p>energia 197 kcal      szénhidr.30,3 g fehérje 5,7 g      cukor 0 g zsír 5,3 g          só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Szalámis kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 152 kcal      szénhidr.19,3 g fehérje 4 g      cukor 0 g zsír 6,4 g          só 0 g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Hernyes Istvánné, Szeles Lászlóné  
Konyhavezetők

Dr. Gál Ilona  
Élelmezésvezető