

## 2018.MÁJUS 14-18

Óvoda 20.hét	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b>	<p style="text-align: center;">Tea gyümölcsös Kenyér burgonyás 3-6 Kígyóuborka Párizsi pulyka 3-6 <i>ráma margarin csészés</i> <i>Allergének: glutén</i></p> <p>energia 138 kcal      szénhidr.12,6 g fehérje 4,9 g      cukor 100 g zsír 7,6 g      só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Kakaó Briós</p> <p><i>Allergének: glutén, tej, tojások</i></p> <p>energia 345 kcal      szénhidr.52,1 g fehérje 11,5 g      cukor 130 g zsír 9,3 g      só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Tejeskávé paradicsom Tojáskrém kenyér</p> <p><i>Allergének: glutén, mustár, tej, tojások</i></p> <p>energia 297 kcal      szénhidr.41,2 g fehérje 13,7 g      cukor 100 g zsír 8 g      só 0,1 g</p>	<p style="text-align: center;">Cerbona+tej Banán</p> <p><i>Allergének: glutén, tej</i></p> <p>energia 318 kcal      szénhidr.59,7 g fehérje 10,4 g      cukor 0 g zsír 3,2 g      só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Tea gyümölcsös Halkrémes kenyér Paprika</p> <p><i>Allergének: glutén, tej</i></p> <p>energia 182 kcal      szénhidr.35,1 g fehérje 5,3 g      cukor 100 g zsír 2 g      só 0 g</p>
<b>Ebéd</b>	<p style="text-align: center;">Gombaleves tejfölös Lecsós virsli Bulgúr Banán Kenyér rozsos</p> <p><i>Allergének: glutén, tej</i></p> <p>energia 917 kcal      szénhidr.107,5 g fehérje 21,8 g      cukor 30 g zsír 41,4 g      só 0,4 g</p>	<p style="text-align: center;">Tarhonyaleves Sertéspörkölt Burgonyafőzelék Kenyér félbarna Csoki</p> <p><i>Allergének: glutén, tej, zeller</i></p> <p>energia 691 kcal      szénhidr.98,7 g fehérje 30,4 g      cukor 10 g zsír 15,2 g      só 0,3 g</p>	<p style="text-align: center;">Ivólé o,2 Sült csirkecomb filé Rizi-bizi Csemege uborka vödrös</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 436 kcal      szénhidr.61 g fehérje 31,1 g      cukor 0 g zsír 6,4 g      só 0,3 g</p>	<p style="text-align: center;">Húsleves Főtt hús Gyümölcsmártás Pírtott dara</p> <p><i>Allergének: glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</i></p> <p>energia 492 kcal      szénhidr.73,3 g fehérje 24,5 g      cukor 200 g zsír 9,6 g      só 0,3 g</p>	<p style="text-align: center;">Alma Palócleves Nutellás gombóc</p> <p><i>Allergének: glutén, tej, zeller</i></p> <p>energia 617 kcal      szénhidr.112,5 g fehérje 23,4 g      cukor 200 g zsír 6,4 g      só 0,3 g</p>
<b>Uzsonna</b>	<p style="text-align: center;">Pogácsa</p> <p><i>Allergének: glutén, tej, tojások</i></p> <p>energia 459 kcal      szénhidr.40 g fehérje 22 g      cukor 0 g zsír 22 g      só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Retek Szalámis kenyér</p> <p><i>Allergének: glutén</i></p> <p>energia 153 kcal      szénhidr.19,5 g fehérje 4,1 g      cukor 0 g zsír 6,4 g      só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Krémtúró Müzli szelet</p> <p><i>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, szeszámag, szójabab, tej</i></p> <p>energia 576 kcal      szénhidr.78,2 g fehérje 19,7 g      cukor 41 g zsír 19,6 g      só 0,1 g</p>	<p style="text-align: center;">Parajos sajtkrém kenyér Retek</p> <p><i>Allergének: glutén, tej</i></p> <p>energia 62 kcal      szénhidr.2,6 g fehérje 3,1 g      cukor 0 g zsír 4,2 g      só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Túrós batyu</p> <p><i>Allergének: glutén, tej</i></p> <p>energia 187 kcal      szénhidr.30,9 g fehérje 6,4 g      cukor 0 g zsír 3,6 g      só 0 g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Hernyes Istvánné, Szeles Lászlóné  
Konyhavezetők

Dr. Gál Ilona  
Élelmezésvezető