

## 2018.JÚNIUS 11-15

Óvoda 24.hét	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b>	<p style="text-align: center;">tej Kígyóuborka Párizsis kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 299 kcal    szénhidr.30,6 g fehérje 13,3 g    cukor 0,1 g zsír 13,2 g    só 0,5 g</p>	<p style="text-align: center;">Tejeskávé Paprika Vajkrémes kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 321 kcal    szénhidr.41,7 g fehérje 11,5 g    cukor 100 g zsír 11,5 g    só 0,1 g</p>	<p style="text-align: center;">Kakaó Kalács</p> <p><i>Allergének:</i> földimogyoró, glutén, tej, tojások</p> <p>energia 375 kcal    szénhidr.62,1 g fehérje 13,4 g    cukor 130 g zsír 7,2 g    só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Tea gyümölcsös Körözöttes kenyér paradicsom</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 171 kcal    szénhidr.30,8 g fehérje 4,6 g    cukor 100 g zsír 2,9 g    só 0,1 g</p>	<p style="text-align: center;">Tea gyümölcsös Paprika Sajtkrémes kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 201 kcal    szénhidr.32,8 g fehérje 6,3 g    cukor 100 g zsír 4,6 g    só 0 g</p>
<b>Ebéd</b>	<p style="text-align: center;">Tojásleves Pulykatokány vadasan Tésztaköret</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, tej, tojások</p> <p>energia 584 kcal    szénhidr.83,1 g fehérje 31,2 g    cukor 50 g zsír 12,1 g    só 0,9 g</p>	<p style="text-align: center;">Tarhonyaleves Sertéspörkölt Burgonyafőzelék Kenyer félbarna Müzli szelet</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójabab, tej,</p> <p>energia 1166 kcal    szénhidr.174,4 g fehérje 34,5 g    cukor 51 g zsír 31,8 g    só 0,4 g</p>	<p style="text-align: center;">Májgombóc leves Rántott csirkemell Mexikói rizs Csemege uborka vödrös</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 1037 kcal    szénhidr.90,1 g fehérje 44,3 g    cukor 0 g zsír 52,4 g    só 0,5 g</p>	<p style="text-align: center;">Daragaluska leves Füstölt tarja Sárgaborsó főzelék Kenyer félbarna Nápolyi</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 614 kcal    szénhidr.74,1 g fehérje 31,4 g    cukor 0 g zsír 19,2 g    só 0,3 g</p>	<p style="text-align: center;">Tárkonyos raguleves Alma Grizes tészta</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, zeller</p> <p>energia 696 kcal    szénhidr.100,3 g fehérje 25,3 g    cukor 0 g zsír 19,1 g    só 0,2 g</p>
<b>Uzsonna</b>	<p style="text-align: center;">Kakaós csiga Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 153 kcal    szénhidr.21,1 g fehérje 2,2 g    cukor 0 g zsír 6,2 g    só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Perc</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, glutén, szezámmag</p> <p>energia 99 kcal    szénhidr.15,2 g fehérje 2,8 g    cukor 0 g zsír 2,7 g    só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Krémtúró Müzli szelet</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójabab, tei</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;">Croissant Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 82 kcal    szénhidr.12,6 g fehérje 1,1 g    cukor 0 g zsír 3 g    só 0,1 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