

## 2017. október 23-27

Óvoda 43.hét	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b>	<p style="text-align: center;">Tea gyümölcsös Paprika ráma margarin csészés Trappista sajt</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia kcal      szénhidr. g fehérje g          cukor g zsír g                só g</p>	<p style="text-align: center;">Tea gyümölcsös Paprika ráma margarin csészés Trappista sajt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 30 kcal      szénhidr.3,5 g fehérje 1,1 g        cukor 10 g zsír 1,2 g            só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Cerbona+tej Banán</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 32 kcal      szénhidr.6 g fehérje 1 g          cukor 0 g zsír 0,3 g            só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Tea gyümölcsös Virslis</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 32 kcal      szénhidr.3,5 g fehérje 1,2 g        cukor 10 g zsír 1,4 g            só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">tej Lekváros kenyér Pirított tökmag, dió</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, glutén, tej</p> <p>energia 58 kcal      szénhidr.3,4 g fehérje 2,6 g        cukor 0 g zsír 3,6 g            só 0 g</p>
<b>Ebéd</b>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>energia kcal      szénhidr. g fehérje g          cukor g zsír g                só g</p>	<p style="text-align: center;">Húsleves Főtt hús Gyümölcsmártás Pirított dara</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 47 kcal      szénhidr.6,8 g fehérje 2,5 g        cukor 20 g zsír 1 g              só 0,3 g</p>	<p style="text-align: center;">Zöldbableves zöldséges Sült csirkecomb filé burgonyapüré Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, zeller</p> <p>energia 65 kcal      szénhidr.9 g fehérje 3,7 g        cukor 2 g zsír 1,1 g            só 0,5 g</p>	<p style="text-align: center;">Üdítő 0,2 Párizsi csirkemell Mexikói rizs Káposztasaláta vödrös</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 206 kcal      szénhidr.16,5 g fehérje 12,6 g        cukor 0 g zsír 9,1 g            só 0,4 g</p>	<p style="text-align: center;">Tarhonyaleves Pulykapörkölt Kelkáposzta főzelék Kenyer félbarna Zabkása</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, zeller</p> <p>energia 64 kcal      szénhidr.6,9 g fehérje 3,2 g        cukor 0 g zsír 2,3 g            só 0,4 g</p>
<b>Uzsonna</b>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>energia kcal      szénhidr. g fehérje g          cukor g zsír g                só g</p>	<p style="text-align: center;">Diós búrkifli</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 3212 kcal      szénhidr.352,5 g fehérje 62 g          cukor 0 g zsír 162,5 g          só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">csirkemell sonka paradicsom ráma margarin csészés Stangli</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 9 kcal        szénhidr.0,1 g fehérje 0,5 g        cukor 0 g zsír 0,8 g            só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Pizzás csiga</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 0 kcal        szénhidr.0 g fehérje 0 g          cukor 0 g zsír 0 g              só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Kifli Gyümölcs joghurt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 382 kcal      szénhidr.68,3 g fehérje 13,7 g        cukor 0 g zsír 4,5 g            só 0 g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Hernyes Istvánné, Szeles Lászlóné  
Konyhavezetők

Dr. Gál Ilona  
Élelmészvezető