

2018.JANUÁR 29 - FEBRUÁR 2

Óvoda 5.hét	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p style="text-align: center;">Tea gyümölcsös Párizsis kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 236 kcal szénhidr.29,7 g fehérje 6,2 g cukor 100,1 g zsír 10,2 g só 0,5 g</p>	<p style="text-align: center;">Tea gyümölcsös Tojáskrémes kenyér Jégcsapretek</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, tej, tojások</p> <p>energia 196 kcal szénhidr.30,2 g fehérje 7 g cukor 100 g zsír 4,9 g só 0,1 g</p>	<p style="text-align: center;">Mogyorókrém</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 98 kcal szénhidr.19,2 g fehérje 3,9 g cukor 0 g zsír 0,4 g só 0 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 Karálabé Körözöttes kenyér Sárgarépa</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 237 kcal szénhidr.43,4 g fehérje 8,9 g cukor 100 g zsír 2,6 g só 0,1 g</p>
Ebéd	<p style="text-align: center;">Tojásleves Bolognai spagetti Mandarin</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 700 kcal szénhidr.80,8 g fehérje 32,5 g cukor 50 g zsír 25,1 g só 0,3 g</p>	<p style="text-align: center;">Vajgaluska leves Pulykapörkölt Zöldbabfőzelék Kenyer félbarna sütemény</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 540 kcal szénhidr.59,9 g fehérje 27,3 g cukor 20 g zsír 19,5 g só 0,5 g</p>	<p style="text-align: center;">tej Ivólé Harcsa Gyros Párolt rizs a Gyros saláta</p> <p><i>Allergének:</i> hal, tej</p> <p>energia 701 kcal szénhidr.53,1 g fehérje 30,4 g cukor 0 g zsír 17,1 g só 0,5 g</p>	<p style="text-align: center;">Kenyer burgonyás 3-6 Alma Zöldségleves Füstölt tarja Sárgaborsó főzelék Túró rudi</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 816 kcal szénhidr.88,1 g fehérje 42,5 g cukor 0 g zsír 30,1 g só 0,2 g</p>	<p style="text-align: center;">Tárkonyos raguleves Tejbedara Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, zeller</p> <p>energia 525 kcal szénhidr.80 g fehérje 23,6 g cukor 230 g zsír 10,8 g só 0,2 g</p>
Uzsonna	<p style="text-align: center;">Vajkrémes kenyér Lila hagyma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 188 kcal szénhidr.23 g fehérje 4,7 g cukor 0 g zsír 1,2 g só 0,2 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;">Húskrémes kenyér Kígyóuborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, tej</p> <p>energia 164 kcal szénhidr.19,9 g fehérje 10,5 g cukor 0 g zsír 4,3 g só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Diós sajtkrémes kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, glutén, tej</p> <p>energia 162 kcal szénhidr.19,7 g fehérje 7 g cukor 0 g zsír 5,7 g só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Szalámis kenyér Jégcsapretek</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 156 kcal szénhidr.19,9 g fehérje 4,3 g cukor 0 g zsír 6,4 g só 0 g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!