

Óvodás (4-6 év)	Hétfő 2024.04.08.	Kedd 2024.04.09.	Szerda 2024.04.10.	Csütörtök 2024.04.11.	Péntek 2024.04.12.
Tízórai	-Tej (2,8%) (L) -Briós (G, L, T) -Alma	-Kakaó (L) -Ausztria szalámi -Liga margarin -Teljes kiőrlésű kenyér (G) -Zöldpaprika	-Tej (2,8%) (L) -Sajttal szórt rúd (G, L) -Banán	-Ízes tej (L) -Zala felvágott (O) -Liga margarin -Teljes kiőrlésű kenyér (G) -Kivi	-Tea -Körözött tehéntúróból, tejszóval (L) -Teljes kiőrlésű kifli (G) -Zöldpaprika -Banán
	S:0,4, E:279,0, ZS:9,2, T:4,8, F:9,1, CH:34,5, C:12,3, Ca:3,3	S:1,0, E:391,0, ZS:21,6, T:8,5, F:15,0, CH:32,8, C:7,0, Ca:4,2	S:0,6, E:271,0, ZS:5,8, T:2,6, F:9,2, CH:44,7, C:7,7, Ca:66,0	S:1,3, E:319,0, ZS:11,5, T:3,2, F:13,0, CH:39,5, C:7,1, Ca:0,0	S:0,7, E:271,0, ZS:4,1, T:0,1, F:11,3, CH:45,5, C:1,6, Ca:95,7
Ebéd	-Pulykaraguleves (G) -Túrós metélt (G, L)	-Kertészleves (G) -Burgonyafőzelék (L, G) -Baromfivirslis -Félbarna kenyér (G) -Kivi	-Palóclevés (L, G) -Lekváros bukta (G, L, T)	-Zöldséges tarhonyaleves (G) -Tököfőzelék (L, G) -Vagdaltszelet sertéshúsból (G, T) -Félbarna kenyér (G)	-Karfiolkrémleves (G, L) -Pirított kenyérkocka (G) -Sült csirkecomb -Rizibizi -Céklasaláta
	S:1,3, E:473,0, ZS:15,2, T:0,9, F:23,1, CH:57,1, C:6,5, Ca:39,9	S:3,2, E:517,0, ZS:19,2, T:4,1, F:17,2, CH:71,8, C:4,3, Ca:28,3	S:1,6, E:502,0, ZS:19,6, T:4,4, F:17,2, CH:61,3, C:3,3, Ca:19,6	S:4,0, E:554,0, ZS:19,6, T:1,7, F:25,1, CH:64,2, C:5,5, Ca:48,2	S:2,6, E:481,0, ZS:14,2, T:1,4, F:27,4, CH:57,6, C:6,7, Ca:21,8
Uzsonna	-Natúr sajtkrém teljes kiőrlésű kenyér (G, L) -Retek cs.	-Halkrém (H) -Sokmagvas vekni (G, S)	-Natúr vajkrém teljes kiőrlésű kenyér (L, G) -Retek cs.	-Trappista sajtkrém (L) -Rozskenyér (G)	-Müzsli szelet (gyümölcsös) (G, L, F, O, K)
	S:0,9, E:151,0, ZS:3,3, T:2,0, F:6,9, CH:22,0, C:1,2, Ca:132,5	S:0,6, E:136,0, ZS:3,6, T:0,9, F:4,3, CH:20,9, C:0,1, Ca:0,0	S:0,7, E:157,0, ZS:5,0, T:0,1, F:5,9, CH:20,7, C:0,3, Ca:46,2	S:0,7, E:117,0, ZS:3,1, T:0,6, F:4,0, CH:18,1, C:0,1, Ca:15,0	S:0,0, E:158,0, ZS:6,0, T:4,4, F:1,8, CH:24,0, C:15,6, Ca:0,0
Összesen	S:2,6, E:903,0, ZS:27,8, T:7,7, F:39,1, CH:113,6, C:19,9, Ca:175,6	S:4,8, E:1044,0, ZS:44,4, T:13,6, F:36,6, CH:125,5, C:11,4, Ca:32,5	S:2,9, E:931,0, ZS:30,3, T:7,1, F:32,3, CH:126,8, C:11,3, Ca:131,8	S:6,1, E:991,0, ZS:34,2, T:5,5, F:42,0, CH:121,8, C:12,7, Ca:63,2	S:3,4, E:911,0, ZS:24,2, T:5,9, F:40,5, CH:127,1, C:23,9, Ca:117,5

**Jó étvágyat!
Étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

Hufnágelné Bán Irén Tóthné Szőke Erika Kovács Csilla Földi Erika
intézményvezető élelmezésvezető szakácsnő szakácsnő

Jelmagyarázat:

S: só (g)	E: energia (kcal)	G: glutén, gabonák	Z: zeller	D: diófélék, mandula, pisztácia	C: csillagfűrt
ZS: zsír (g)	T: telített zsírsav (g)	L: laktóz, tej, tejtermékek	R: rákfélék	M: mustár	P: puhatestűek
F: fehérje (g)	CH: szénhidrát (g)	T: tojás, fehérje	H: halak	S: szezámag	
C: cukor (g)	Ca: kalcium (mg)	F: földimogyoró	O: szója	K: szulfitok, kéndioxid	