

Óvodás (4-6 év)	Hétfő 2024.06.03.	Kedd 2024.06.04.	Szerda 2024.06.05.	Csütörtök 2024.06.06.	Péntek 2024.06.07.
Tízórai	-Tej (2,8%) (L) -Halkrém (H) -Félbarna kenyér (G) -Körte	-Ízes tej (L) -Szeletelt trappista sajt (L) -Kifli tejes (G, L) -Mandarin	-Tej (2,8%) (L) -Suli rúd (G, L) -Alma	-Tej (2,8%) (L) -Gabonapehely (G, O) -Mandarin	-Tea -Körözött tehéntúróból, tejfőllel (L) -Teljes kiőrlésű kifli (G) -Retek cs. -Alma
	S:0,8, E:269,0, ZS:7,3, T:3,2, F:9,8, CH:40,3, C:12,9, Ca:0,0	S:0,8, E:370,0, ZS:12,6, T:7,4, F:16,6, CH:46,5, C:9,2, Ca:13,8	S:0,2, E:196,0, ZS:4,6, T:2,7, F:7,1, CH:24,3, C:9,1, Ca:3,3	S:0,2, E:227,0, ZS:5,0, T:2,7, F:6,6, CH:32,0, C:17,7, Ca:13,8	S:0,7, E:235,0, ZS:4,1, T:0,1, F:11,5, CH:32,6, C:1,6, Ca:61,1
Ebéd	-Lebbencsleves (G, T) -Sajtos metélt (G, L)	-Karalábleves (G) -Gombapaprikás (L, G) -Bulgur köret (G)	-Rántott leves (G) -Levesgyöngy betét (G, L, T) -Töltött paprika (G, T) -Félbarna kenyér (G)	-Májgombóclevés (G, O) -Zöldborsófőzelék (G, L) -Baromfivirsl -Félbarna kenyér (G)	-Sertécsontleves -Töltött csirkecomb (G, T) -Párolt rizsköret -Párolt káposzta
	S:2,7, E:495,0, ZS:17,1, T:0,8, F:20,2, CH:61,5, C:4,6, Ca:134,9	S:1,9, E:503,0, ZS:15,9, T:1,6, F:16,6, CH:71,1, C:3,6, Ca:51,0	S:2,1, E:528,0, ZS:18,8, T:1,1, F:20,4, CH:66,1, C:4,5, Ca:5,5	S:3,5, E:600,0, ZS:32,2, T:6,8, F:22,4, CH:56,0, C:9,6, Ca:9,6	S:3,9, E:586,0, ZS:17,6, T:1,5, F:27,1, CH:74,9, C:0,6, Ca:87,1
Uzsonna	-Magyaros vajkrémes teljes kiőrlésű kenyér (G, L) -Retek cs.	-Zöldséges felvágott (L, Z, M) -Teljes kiőrlésű zsemle (G) -Lilahagyma	-Libamájpástétom -Teljes kiőrlésű kenyér (G) -Zöldpaprika	-Trappista sajtkrém (L) -Teljes kiőrlésű kenyér (G) -Paradicsom	-Kakaós csiga (G, L, T)
	S:0,8, E:138,0, ZS:3,4, T:1,7, F:5,4, CH:20,2, C:0,3, Ca:32,3	S:0,9, E:165,0, ZS:2,9, T:0,8, F:7,7, CH:26,1, C:0,4, Ca:0,0	S:0,8, E:259,0, ZS:3,9, T:0,4, F:5,2, CH:19,6, C:0,2, Ca:4,2	S:0,7, E:132,0, ZS:3,6, T:0,7, F:5,0, CH:18,7, C:0,1, Ca:17,7	S:0,5, E:256,0, ZS:29,4, T:10,5, F:8,0, CH:57,8, C:10,2, Ca:0,0
Összesen	S:4,3, E:902,0, ZS:27,7, T:5,7, F:35,4, CH:121,9, C:17,7, Ca:167,2	S:3,6, E:1 038,0, ZS:31,3, T:9,8, F:40,9, CH:143,6, C:13,2, Ca:64,8	S:3,1, E:983,0, ZS:27,3, T:4,2, F:32,7, CH:110,0, C:13,9, Ca:13,0	S:4,4, E:958,0, ZS:40,8, T:10,1, F:34,0, CH:106,7, C:27,3, Ca:41,1	S:5,1, E:1 077,0, ZS:51,1, T:12,1, F:46,6, CH:165,3, C:12,3, Ca:148,3

**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: csillagfürt
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	