

Bölcsődés (1-3 év)	Hétfő 2024.06.10.	Kedd 2024.06.11.	Szerda 2024.06.12.	Csütörtök 2024.06.13.	Péntek 2024.06.14.
<b>Reggeli</b>	-Tej (2,8%) (L) -Darált szezámagos margarinkrém (S) -Félbarna kenyér (G) -Kígyóuborka  S:0,9, E:249,0, ZS:9,6, T:4,0, F:10,9, CH:30,3, C:9,3, Ca:5,4	-Kakaó (L) -Csirkemell sonka -Liga margarin -Félbarna kenyér (G) -Zöldpaprika  S:1,5, E:336,0, ZS:12,5, T:5,6, F:16,0, CH:40,2, C:9,3, Ca:4,2	-Tej (2,8%) (L) -Natúr sajtkrémes teljes kiőrlésű kenyér (G, L) -Kígyóuborka  S:1,0, E:246,0, ZS:8,8, T:5,4, F:11,5, CH:28,7, C:10,4, Ca:5,4	-Tej (2,8%) (L) -Padlizsán krém (M) -Rozskenyér (G) -Zöldpaprika  S:0,9, E:233,0, ZS:7,2, T:3,7, F:10,4, CH:31,0, C:9,3, Ca:9,9	
<b>Tízórai</b>	-Alma  S:0,0, E:19,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,2, CH:0,4, C:0,0, Ca:3,3	-Kajszibarack  S:0,0, E:43,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,8, CH:9,2, C:0,0, Ca:12,4	-Alma  S:0,0, E:19,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,2, CH:0,4, C:0,0, Ca:3,3	-Kajszibarack  S:0,0, E:43,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,8, CH:9,2, C:0,0, Ca:12,4	
<b>Ebéd</b>	-Csirkebecsinált leves (G) -Túróval töltött minigombóc (G, L, T)  S:1,1, E:437,0, ZS:15,4, T:1,9, F:20,8, CH:61,6, C:16,3, Ca:11,6	-Karalábéfézelék (L, G) -Párolt csirkemáj  S:1,3, E:201,0, ZS:8,5, T:1,0, F:14,2, CH:13,6, C:1,7, Ca:1,0	-Rakott karfiol hajdinával (L)  S:0,8, E:265,0, ZS:13,1, T:1,0, F:14,7, CH:19,6, C:2,0, Ca:1,5	-Sertéspörkölt -Tarhonyaköret (G) -Csalamádé  S:1,0, E:338,0, ZS:10,0, T:0,9, F:17,3, CH:40,3, C:2,7, Ca:10,5	
<b>Uzsonna</b>	-Tej (2,8%) (L) -Natúr vajkrémes teljes kiőrlésű kenyér (L, G)  S:0,8, E:248,0, ZS:10,4, T:3,5, F:10,2, CH:26,9, C:9,5, Ca:0,0	-Tej (2,8%) (L) -Sajttal szórt rúd (G, L)  S:0,6, E:236,0, ZS:7,2, T:3,4, F:10,0, CH:32,5, C:10,0, Ca:0,0	-Tej (2,8%) (L) -Sonkakrém -Zsemle, vizes (G)  S:0,9, E:297,0, ZS:9,7, T:4,1, F:11,9, CH:39,5, C:10,1, Ca:0,0	-Krémtúró (L) -Kifli tejes (G, L)  S:0,6, E:244,0, ZS:3,1, T:1,4, F:8,2, CH:45,1, C:20,1, Ca:0,0	
<b>Összesen</b>	S:2,8, E:953,0, ZS:35,4, T:9,3, F:42,1, CH:119,2, C:35,1, Ca:20,3	S:3,4, E:816,0, ZS:28,2, T:10,0, F:41,0, CH:95,6, C:21,0, Ca:17,7	S:2,6, E:826,0, ZS:31,6, T:10,5, F:38,4, CH:88,2, C:22,5, Ca:10,2	S:2,4, E:858,0, ZS:20,4, T:6,0, F:36,7, CH:125,5, C:32,2, Ca:32,8	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0

Jó étvágyat! Étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Hufnágelné Bán Irén Tóthé Szőke Erika Barten Mónika  
intézményvezető élelmezésvezető 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	