

Óvodás

(4-6 év)

Hétfő

2024.06.10.

Kedd

2024.06.11.

Szerda

2024.06.12.

Csütörtök

2024.06.13.

Péntek

2024.06.14.

Tízórai

-Tej (2,8%) (L)  
-Darált szezámagos  
margarinkrém (S)  
-Félbarna kenyér (G)  
-Kígyóuborka  
-Alma

S:0,8, E:240,0, ZS:8,2, T:3,2, F:9,6,  
CH:28,4, C:7,0, Ca:8,7

-Kakaó (L)  
-Csirkemell sonka  
-Teljes kiőrlésű zsemle (G)  
-Zöldpaprika  
-Kajsziparack

S:1,4, E:351,0, ZS:9,4, T:4,2, F:16,2,  
CH:48,1, C:7,0, Ca:19,4

-Tej (2,8%) (L)  
-Natúr sajtkrémes teljes  
kiőrlésű kenyér (G, L)  
-Kígyóuborka  
-Alma

S:0,9, E:236,0, ZS:7,4, T:4,6, F:10,3,  
CH:26,8, C:8,1, Ca:95,0

Ebéd

-Csirkebecsinált leves (G)  
-Túróval töltött minigombóc  
(G, L, T)

S:1,3, E:519,0, ZS:17,9, T:2,2, F:26,1,  
CH:74,6, C:21,5, Ca:14,5

-Tojásleves (T, G)  
-Rakott karfiol (L)

S:2,4, E:467,0, ZS:25,3, T:1,8, F:22,5,  
CH:32,6, C:3,6, Ca:4,4

-Paradicsomleves (G)  
-Sertéspörkölt  
-Tarhonyaköret (G)  
-Csalamádé

S:2,3, E:532,0, ZS:16,9, T:1,6, F:23,3,  
CH:65,0, C:5,7, Ca:13,7

Uzsonna

-Natúr vajkrémes teljes  
kiőrlésű kenyér (L, G)

S:0,6, E:136,0, ZS:4,8, T:0,1, F:4,2,  
CH:17,7, C:0,3, Ca:0,0

-Krémtúró vaníliás (L)

S:0,4, E:223,0, ZS:11,0, T:7,1, F:10,0,  
CH:18,0, C:17,0, Ca:60,3

-Newbar (zöldséges,  
gyümölcsös szelet) (G, L, T,

S:0,0, E:126,0, ZS:4,5, T:1,9, F:2,3,  
CH:18,3, C:10,2, Ca:0,0

Összesen

S:2,7, E:895,0, ZS:30,9, T:5,4, F:39,8,  
CH:120,7, C:28,7, Ca:23,2

S:4,1, E:1 042,0, ZS:45,6, T:13,1,  
F:48,7, CH:98,7, C:27,6, Ca:84,1

S:3,3, E:894,0, ZS:28,8, T:8,1, F:35,8,  
CH:110,0, C:24,0, Ca:108,6

S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0,  
CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0

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 Tóthné Szőke Erika Kovács Csilla Földi Erika  
intézményvezető ételmezésvezető szakácsnő szakácsnő

Jelmagyarázat:

Allergén 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