

Óvodás Étlap

Étlap

2023. november 27 - 2023. december 1

Étkezés	2023.11.27 Hétfő	2023.11.28 Kedd	2023.11.29 Szerda	2023.11.30 Csütörtök	2023.12.01 Péntek
Tízórai	zsemle teljes kiőrlésű [1], Jégcsapretek, Margarin Delma, Tea erdei gyümölcsös, Trappista sajt B [7]	Fonott kalács [1,3,7], Margarin Delma, Kakaó B [7]	Teljes kiőrlésű kenyér B [1,3,7], Toast sonkás szelet, Margarin Delma, Citromos tea	Kolbászkрем B [10], Főtt tojás B [3], Tea csipkebogyó-málna, Kenyer szeletelt [1]	Teljes kiőrlésű kenyér B [1,3,7], Zöldséges felvágott [6,10], Margarin Delma, Tea erdei gyümölcsös
Ebéd	Tejfölös karfiollevés B [1,3,6,7,9,10], Teljes kiőrlésű kenyér B [1,3,7], Sertéspörkölt B [10], Bulgur B [1,5,8,11]	Daragaluska leves B [1,3,6,7,9,10], Kaszás aprópecsenye [6,7,10], Sós burgonya B	Lencsegulyás [1,3,6,7,9,10], Túrós tészta B [1,3,7]	Fahéjas almaleves [1,7,10], Rántott csirkemell B [1,3], Rizi- bizi B	Pirított tészta [1,3,9], Dínók csirkehúsból [1,3,6,7,9,10,11], Zöldborsófőzelék B [1,7]
Uzsonna	Sajtkrémés rúd [1,3,6,7,8,9,10,11]	Teljes kiőrlésű kenyér B [1,3,7], Májas baromfi családi B [1,6,10]	kakaós croissant 50gr [1,3,6,7]	kifli teljes kiőrlésű [1,7], Kockasajt Sajtmester [7]	Sajttal szórt pogácsa B [1,3,7]
Energia:	1 107,43kcal	970,57kcal	999,64kcal	1 196,48kcal	987,05kcal
Zsír:	40,88g	40,83g	43,19g	35,59g	42,70g
Fehérje:	45,92g	36,92g	37,62g	48,81g	30,34g
Szénhidrát:	138,48g	113,66g	111,91g	164,62g	117,75g
Só:	3,43g	3,19g	2,20g	4,04g	3,65g

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt