

## Óvodás Étlap

## Étlap

2024. április 22 - 2024. április 26

Étkezés	2024.04.22 Hétfő	2024.04.23 Kedd	2024.04.24 Szerda	2024.04.25 Csütörtök	2024.04.26 Péntek
<b>Tízórai</b>	Nagy kifli [1,3], Főtt virsli M.Mentes, Ketchup B [10], Citromos tea	kakaós croissant 50gr [1,3,5,6,7,8], Kakaó B [7]	zsemle teljes kiörlésű [1], Körözött sajt [7,10], Zöldáru kápia paprika, Citromos tea	Nagy kifli [1,3], TV paprika, Főtt tojás B [3], Vajkrém natúr B [7], Tea csipkebogyó-málna	Vanília ízű kókuszos csiga [1,3,6,7,8,11], Alma, Tea gyümölcsös (erdei)
<b>Ebéd</b>	Fahéjas szilvaleves [1,7,10], Bácskai rizseshús B [10], Vitamin saláta (saját) [10]	Reszelt leves B [1,3,6,7,9,10], Vagdalt B [1,3], Burgonyafőzelék B [1,7,10], Túró rudi [5,7,8]	Alma, Sárgaborsó gulyás [1,3,7,9,10], Mákos guba [1,3,5,6,7,8,10,11,12]	Zöldségleves [1,3,7,9,10], Hentestokány B, Bulgur B [1,5,8,11], Müzliszelet B [1,5]	Zöldbableves tejfölös B [1,3,7,9,10], Csirkepörkölt comb filé [10], Tészta köret [1,3], Uborkasaláta B
<b>Uzsonna</b>	Túrós péksütemény [1,3,6,7,8], Sárgarépa csik-hasáb	zsemle teljes kiörlésű [1], Toast sonkás szelet, Margarin Delma, Kigyóuborka zöldáru	Teljes kiörlésű kenyér B [1,3,7], Kolbászkrem B [10], Kigyóuborka zöldáru	kifli teljes kiörlésű [1,7], Zöldáru új zöldhagyma, Kockasajt Sajtmester [7]	Ivólé multivitamin 50% (0,2), Zab szelet erdei gyümölcsös [1,3,5,7,8]
Energia:	920,12kcal	946,06kcal	905,57kcal	904,69kcal	940,24kcal
Zsír:	26,55g	37,19g	27,36g	39,13g	37,28g
Fehérje:	30,20g	35,70g	38,62g	36,06g	28,44g
Szénhidrát:	136,51g	115,01g	118,95g	102,66g	129,98g
Só:	2,03g	2,00g	2,01g	1,35g	1,23g

**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. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

A változás jogát fenntartjuk!