

## Óvodás Étlap

## Étlap

2024. május 6 - 2024. május 10

Étkezés	2024.05.06 Hétfő	2024.05.07 Kedd	2024.05.08 Szerda	2024.05.09 Csütörtök	2024.05.10 Péntek
<b>Tízórai</b>	zsemle teljes kiőrlésű [1], Csemege szalámi, Zöldáru kávia paprika, Margarin Delma, Citromos tea	Nagy kifli [1,3], Főtt virsli M.Mentes, Tea gyümölcsös (erdei )	zsemle teljes kiőrlésű [1], Toast sonkás szelet, Margarin Delma, Citromos tea, Kigyóuborka zöldáru	Kalács kakaós [1,3,7], Kakaó B [7]	Teljes kiőrlésű kenyér B [1,3,7], Sörretek B, Sajtkrém natúr [7], Tea csipkebogyó-málna
<b>Ebéd</b>	Daragaluska leves B [1,3,7,9,10], Sült csirkecomb B, Vegyes gyümölcsmártás [1,7,10]	Paradicsomleves betűtészta B [1,3,9], Borsos tokány sertés B, Bulgur B [1,5,8,11], Uborkasaláta B	Palócgulyás [1,7,10], Túrós batyu házi B [1,3,7], Alma	Tojásleves köményes [1,3,10], Sertéspaprikás B [7,10], Tészta köret [1,3]	Zöldborsóleves B [1,3,6,7,9,10], Rántott sertésborda B [1,3], Burgonyapüré B [7], Vitamin saláta (saját) [10]
<b>Uzsonna</b>	Vajas pogácsa [1,3,7], Alma	Teljes kiőrlésű kenyér B [1,3,7], Zöldáru kávia paprika, Körözött krém Hajdú [7]	kifli teljes kiőrlésű [1,7], Zöldáru új zöldhagyma, Margarin Florin [7], Kockasajt Sajtmester [7]	Nagy kifli [1,3], Párizsikrém saját M. Mentes, Kigyóuborka zöldáru	kakaós croissant 50gr [1,3,5,6,7,8], Tej 1,5 % B [7]
Energia:	903,50kcal	953,67kcal	911,00kcal	1 026,06kcal	1 028,15kcal
Zsír:	42,50g	29,47g	35,04g	43,50g	33,99g
Fehérje:	32,57g	37,09g	38,71g	45,33g	38,59g
Szénhidrát:	107,30g	134,27g	105,96g	113,00g	140,14g
Só:	1,99g	1,87g	1,93g	1,98g	1,79g

**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. Csillagfürt

A változás jogát fenntartjuk!