

Óvodás (4-6 év)	Hétfő 2024.04.22.	Kedd 2024.04.23.	Szerda 2024.04.24.	Csütörtök 2024.04.25.	Péntek 2024.04.26.
Ebéd	-Vegyes zöldségleves glutén-, tejmentes -Kapros harcsapaprikás GM, tejmentes (H) -Tésztaköret GM	-Burgonyaleves glutén-, tejmentes (Z) -Grízkes metélt GM	-Almaleves mir. GM tejmentes -Rakott karfiol pulykahússal GM, tej- tojásmentes	-Csontleves GM, tojásmentes (Z) -Natúr sertés szelet GM -Paradicsomos káposztafőzelék GM	-Csirkeraguleves GM (Z) -Sajtos sonkás rakott metélt tejmentes, GM
	S:3,9, E:625,0, ZS:19,6, T:0,1, F:16,5, CH:60,3, C:1,6, Ca:11,1	S:2,0, E:463,0, ZS:7,9, T:0,0, F:7,2, CH:90,0, C:1,6, Ca:17,0	S:1,7, E:353,0, ZS:10,5, T:0,2, F:13,5, CH:42,8, C:6,7, Ca:13,0	S:3,9, E:338,0, ZS:14,7, T:0,0, F:16,1, CH:27,0, C:2,2, Ca:55,0	S:2,5, E:595,0, ZS:23,7, T:0,1, F:22,4, CH:70,5, C:3,2, Ca:16,4
Összesen	S:3,9, E:625,0, ZS:19,6, T:0,1, F:16,5, CH:60,3, C:1,6, Ca:11,1	S:2,0, E:463,0, ZS:7,9, T:0,0, F:7,2, CH:90,0, C:1,6, Ca:17,0	S:1,7, E:353,0, ZS:10,5, T:0,2, F:13,5, CH:42,8, C:6,7, Ca:13,0	S:3,9, E:338,0, ZS:14,7, T:0,0, F:16,1, CH:27,0, C:2,2, Ca:55,0	S:2,5, E:595,0, ZS:23,7, T:0,1, F:22,4, CH:70,5, C:3,2, Ca:16,4

Jó étvágyat!

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

Jelmagyarázat:

S: só (g) E: energia (kcal)
 ZS: zsír (g) T: telített zsírsav (g)
 F: fehérje (g) CH: szénhidrát (g)
 C: cukor (g) Ca: kalcium (mg)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák Z: zeller D: diófélék, mandula, pisztácia C: csillagfűrt
 L: laktóz, tej, tejtermékek R: rákfélék M: mustár P: puhatestűek
 T: tojás, fehérje H: halak S: szezám
 F: földimogyoró O: szója K: szulfitok, kéndioxid

Óvodás (4-6 év)	Hétfő 2024.04.29.	Kedd 2024.04.30.	Szerda 2024.05.01.	Csütörtök 2024.05.02.	Péntek 2024.05.03.
Ebéd	-Zöldborsóleves GM, tojásmentes (Z) -Csikóstokány sertéshúsból GM, tejszínes -Párolt rizs -Vegyes vágott (M, K)	-Sárgarépa krémleves GM, tejszínes -Brassói aprópecsenye -Vegyes vágott (M, K)	-Vegyes zöldségleves glutén- tejszínes -Csirkemáj rizottó tejszínes -Körte	-Szilvaleves GM, TM -Milánói makaróni GM, tejszínes	-Sárgaborsóleves GM, tejszínes -Tejbedara GM, tejszínes -Mandarin
	S:3,9, E:588,0, ZS:21,7, T:6,6, F:19,4, CH:62,3, C:2,5, Ca:28,1	S:2,7, E:470,0, ZS:13,9, T:7,0, F:19,0, CH:50,0, C:4,1, Ca:33,6	S:3,2, E:520,0, ZS:15,9, T:0,2, F:22,6, CH:71,5, C:11,2, Ca:36,0	S:1,7, E:519,0, ZS:10,6, T:0,0, F:15,3, CH:83,1, C:15,5, Ca:2,0	S:1,7, E:429,0, ZS:10,0, T:0,4, F:10,0, CH:65,0, C:20,1, Ca:41,7
Összesen	S:3,9, E:588,0, ZS:21,7, T:6,6, F:19,4, CH:62,3, C:2,5, Ca:28,1	S:2,7, E:470,0, ZS:13,9, T:7,0, F:19,0, CH:50,0, C:4,1, Ca:33,6	S:3,2, E:520,0, ZS:15,9, T:0,2, F:22,6, CH:71,5, C:11,2, Ca:36,0	S:1,7, E:519,0, ZS:10,6, T:0,0, F:15,3, CH:83,1, C:15,5, Ca:2,0	S:1,7, E:429,0, ZS:10,0, T:0,4, F:10,0, CH:65,0, C:20,1, Ca:41,7

Jó étvágyat!

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

Jelmagyarázat:

S: só (g) E: energia (kcal)
ZS: zsír (g) T: telített zsírsav (g)
F: fehérje (g) CH: szénhidrát (g)
C: cukor (g) Ca: kalcium (mg)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák Z: zeller D: diófélék, mandula, pisztácia C: csillagfűrt
L: laktóz, tej, tejtermékek R: rákfélék M: mustár P: puhatestűek
T: tojás, fehérje H: halak S: szezám
F: földimogyoró O: szója K: szulfitok, kéndioxid