

# ÉTLAP

## 2021.FEBRUÁR 1-5

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b> óvoda iskola	Tea Teljes kiőrlésű kenyér Főtt virsli, mustárral  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szója energia 320 kcal      szénhidr.29,8 g fehérje 13,9 g      cukor 2 g zsír 15,2 g      só 4,3 g	Tej Margarinos kenyér Méz  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szója energia 283 kcal      szénhidr.45,8 g fehérje 13,7 g      cukor 1,6 g zsír 4,2 g      só 2,4 g	Tejbegríz  <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 254 kcal      szénhidr.42,8 g fehérje 11,4 g      cukor 3 g zsír 3,5 g      só 0,7 g	Tea Kígyóuborka Löncs felvágott Vajkrémes kenyér  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szója energia 259 kcal      szénhidr.35,9 g fehérje 11,4 g      cukor 2 g zsír 7,1 g      só 2,1 g	Gyümölcslé Kenőmájas kenyér Paradicsom  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szója energia 299 kcal      szénhidr.51 g fehérje 7,9 g      cukor 0 g zsír 6,1 g      só 1,4 g
<b>Ebéd</b> óvoda iskola szoc.étkezők vendég	Lebbencsleves Tökfőzelék Sertéspörkölt Graham kenyér  <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 617 kcal      szénhidr.73,3 g fehérje 33,4 g      cukor 0,5 g zsír 19,8 g      só 1,6 g	Brokkoli krémleves Pírtott kenyérkocka Burgonyapüré Mézes-mustáros csirkecomb Vegyes vágott savanyú  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szója energia 799 kcal      szénhidr.83,8 g fehérje 46,4 g      cukor 0,4 g zsír 28,6 g      só 1,6 g	Csontleves cérnametélttel Bulgur Bakonyi csirkeragu  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 207 kcal      szénhidr.16,5 g fehérje 16,5 g      cukor 0 g zsír 8 g      só 0,6 g	Babgulyás Káposztás kocka Félbarna kenyér Gyümölcs  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szója energia 919 kcal      szénhidr.154,3 g fehérje 44,8 g      cukor 1 g zsír 11,8 g      só 2,5 g	Vajasgaluska leves Kukoricás rizs Rántott halfilé  <i>Allergének:</i> glutén, hal, tojások, zeller energia 709 kcal      szénhidr.87,5 g fehérje 33,7 g      cukor 0,1 g zsír 22,9 g      só 0,2 g
<b>Uzsonna</b> óvoda iskola	Margarinos zsemle Kaliforniai paprika Sertés párizsi Trappista sajt  <i>Allergének:</i> szójabab, tej energia 271 kcal      szénhidr.31,3 g fehérje 13,1 g      cukor 0 g zsír 10,1 g      só 1,5 g	Csemege szalámi Paradicsom Vajkrémes kenyér  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szója energia 290 kcal      szénhidr.33,9 g fehérje 11,1 g      cukor 0 g zsír 12,3 g      só 2,1 g	Tonhalkrémes kenyér Póréhagyma  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, hal, szezámmag, energia 187 kcal      szénhidr.32,6 g fehérje 11,7 g      cukor 0 g zsír 0,7 g      só 0,9 g	Kifli Kockasajt  <i>Allergének:</i> tej energia 138 kcal      szénhidr.25,7 g fehérje 4,9 g      cukor 0 g zsír 1,7 g      só 1,8 g	Zsemle Vaníliás túró  <i>Allergének:</i> tej energia 196 kcal      szénhidr.32,9 g fehérje 10 g      cukor 0,5 g zsír 2,6 g      só 0,6 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

# JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!