

2021.MÁRCIUS 22-26

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai óvoda iskola	Kakaó Margarinos kenyér Sertés párizsi <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szója energia 399 kcal szénhidr.46,7 g fehérje 20,7 g cukor 2 g zsír 13,8 g só 3,4 g	Gyümölcsle Margarinos kenyér Méz. <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szója energia 265 kcal szénhidr.55,2 g fehérje 6,9 g cukor 1,6 g zsír 1,2 g só 2,1 g	Tea Rozskenyér Körözött túró <i>Allergének:</i> tej energia 1385 kcal szénhidr.253,6 g fehérje 56,6 g cukor 2 g zsír 12 g só 7,6 g	Tej Fatörzs <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 449 kcal szénhidr.75,3 g fehérje 20,6 g cukor 2 g zsír 6,1 g só 0,3 g	Karamellás tej Vajkrémes kenyér <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szója energia 333 kcal szénhidr.47,8 g fehérje 14 g cukor 1,5 g zsír 8,5 g só 2,4 g
Ebéd óvoda iskola szoc.étkező vendég	Májgaluska leves Rakott káposzta savanyú <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 548 kcal szénhidr.92,5 g fehérje 21,5 g cukor 0 g zsír 8,2 g só 0,1 g	Zöldborsóleves eperlevéllel Csirkepaprikás Kagyló tészta Gyümölcs <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 4159 kcal szénhidr.792,4 g fehérje 158,5 g cukor 0 g zsír 27,1 g só 5,1 g	Medvehagyma krémleves Pirított kenyérkocka Paprikás burgonya kolbásszal Graham kenyér Vegyes vágott savanyúság <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szója energia 927 kcal szénhidr.130,8 g fehérje 31,8 g cukor 0 g zsír 28,1 g só 4,3 g	Reszelt tészta leves Párolt rizs Sertésragu Budapest módra <i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller energia 689 kcal szénhidr.89 g fehérje 41,5 g cukor 0 g zsír 15,8 g só 0,1 g	Fahéjas almaleves Pizzakrémes csiga Gyümölcs <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 1160 kcal szénhidr.118,2 g fehérje 21 g cukor 2 g zsír 63,5 g só 0 g
Uzsonna óvoda iskola	Zalakrémes kenyér Zöldpaprika <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szója energia 141 kcal szénhidr.26,9 g fehérje 4,6 g cukor 0 g zsír 1,3 g só 0,8 g	Kifli Kígyóuborka 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	Margarinos zsemle Csemege szalámi Paradicsom <i>Allergének:</i> energia 264 kcal szénhidr.31 g fehérje 11,4 g cukor 0 g zsír 11,7 g só 0,6 g	Kaliforniai paprika Margarinos kenyér Sertés párizsi <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szója energia 282 kcal szénhidr.33,8 g fehérje 12,9 g cukor 0 g zsír 10,3 g só 3,1 g	Halkrémes kenyér Póréhagyma <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, hal, szezámmag, szója energia 187 kcal szénhidr.32,6 g fehérje 11,7 g cukor 0 g zsír 0,7 g só 0,9 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!