

2021.MÁRCIUS 29 - ÁPRILIS 2

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai óvoda iskola	Tea Teljes kiőrlésű kenyér Főtt virsli, mustárral. <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójagörő, cukor 2 g energia 320 kcal szénhidr.29,8 g fehérje 13,9 g cukor 2 g zsír 15,2 g só 4,3 g	Tej Gabonapehely kakaós <i>Allergének:</i> tej energia 148 kcal szénhidr.18,7 g fehérje 8,7 g cukor 2 g zsír 3,8 g só 0,3 g	Gyümölcsle Margarinos kenyér Zala felvágott <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójagörő, cukor 0 g energia 355 kcal szénhidr.53,8 g fehérje 13,1 g cukor 0 g zsír 9,2 g só 2,1 g	Vaníliás tej Löncs felvágott Vajkrémes kenyér Zöldpaprika <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójagörő, cukor 1 g energia 395 kcal szénhidr.47,5 g fehérje 22,5 g cukor 1 g zsír 11,8 g só 2,4 g	<i>Allergének:</i> energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g
Ebéd óvoda iskola szoc.étkező vendég	Vegyes zöldség leves Sárgaborsó főzelék Sertéspörkölt Rozskenyér Gyümölcs <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 1878 kcal szénhidr.318,9 g fehérje 89,8 g cukor 0 g zsír 21,8 g só 8,2 g	Alföldi gulyásleves Teljes kiőrlésű kenyér Halas-spenótos tészta <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, hal, szezámmag, energia 689 kcal szénhidr.66,9 g fehérje 53,1 g cukor 0 g zsír 21,8 g só 1,9 g	Tejfölös burgonyaleves Zöldséges pulykatokány Bulgar <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 484 kcal szénhidr.46 g fehérje 26,8 g cukor 0 g zsír 20 g só 0,1 g	Köményleves. Pirított kenyérkocka Párolt rizs Tócsis sertésszelet Cékla saláta <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójagörő, cukor 0,1 g energia 915 kcal szénhidr.139,5 g fehérje 37 g cukor 0,1 g zsír 20 g só 1,7 g	<i>Allergének:</i> energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g
Uzsonna óvoda iskola	Kifli Gyümölcsjoghurt <i>Allergének:</i> tej energia 204 kcal szénhidr.35,9 g fehérje 8 g cukor 0 g zsír 3,1 g só 1,8 g	Gépsonka Kígyóborka Margarinos kenyér <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójagörő, cukor 0 g energia 181 kcal szénhidr.33,6 g fehérje 7,8 g cukor 0 g zsír 1,5 g só 2,2 g	Zsemle Snidlinges túrókrém <i>Allergének:</i> tej energia 190 kcal szénhidr.31,7 g fehérje 8,5 g cukor 0 g zsír 3,2 g só 0,6 g	Margarinos-lekváros kenyér <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójagörő, cukor 0 g energia 269 kcal szénhidr.55,4 g fehérje 8,1 g cukor 0 g zsír 0,9 g só 1,5 g	<i>Allergének:</i> energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!