

2021.MÁJUS 10-14

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai óvoda iskola	Tea Teljes kiőrlésű kenyér Főtt virsli, mustárral. <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójabab, tojások energia 320 kcal szénhidr.29,8 g fehérje 13,9 g cukor 2 g zsír 15,2 g só 4,3 g	Karamellás tej Kígyóuborka Löncs felvágott Vajkrémes zsemle <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojások energia 340 kcal szénhidr.45,2 g fehérje 16,5 g cukor 1,5 g zsír 9,8 g só 1 g	Tej Gabonapehely kakaós <i>Allergének:</i> tej energia 108 kcal szénhidr.12,1 g fehérje 7 g cukor 0 g zsír 3,1 g só 0,3 g	Gyümölcslé Kaliforniai paprika Margarinos kenyér Sertés párizsi <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójabab, tojások energia 301 kcal szénhidr.53,7 g fehérje 9,3 g cukor 0 g zsír 4,8 g só 2,5 g	Kakaó Foszlós kalács <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 322 kcal szénhidr.50 g fehérje 13,6 g cukor 2 g zsír 7,4 g só 0,3 g
Ebéd óvoda iskola szoc. vendég	Vajasgaluska leves Tökfőzelék Sertés pörkölt Graham kenyér Gyümölcs <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojások, zeller energia 616 kcal szénhidr.86,7 g fehérje 17,1 g cukor 0,6 g zsír 20,7 g só 1,6 g	Lencseleves Félbarna kenyér Sült burgonya Gyros tál <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójabab, tojások energia 1473 kcal szénhidr.188,5 g fehérje 53,4 g cukor 0 g zsír 51,9 g só 2,4 g	Zellerkrémleves Pírtott kenyérkocka Bulgur Mézes-mustáros csirkecomb Cékla <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójabab, tojások energia 460 kcal szénhidr.37,5 g fehérje 39,3 g cukor 0,4 g zsír 15,8 g só 1,5 g	Palóclevés Rozskenyér Káposztás kocka Gyümölcs <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 2028 kcal szénhidr.350,2 g fehérje 87,6 g cukor 2,5 g zsír 25,8 g só 8,4 g	Vegyes zöldség leves Bácskai rizseshús Csemege uborka <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 395 kcal szénhidr.59,7 g fehérje 18,8 g cukor 0 g zsír 7,6 g só 0,4 g
Uzsonna óvoda iskola	Margarinos zsemle Zöldpaprika Főtt tojás <i>Allergének:</i> tojások energia 185 kcal szénhidr.31 g fehérje 7,8 g cukor 0 g zsír 3,3 g só 0,7 g	Margarinos-lekváros kenyér <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójabab, tojások energia 269 kcal szénhidr.55,4 g fehérje 8,1 g cukor 0 g zsír 0,9 g só 1,5 g	Halkrémes kenyér Póréhagyma <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, hal, szezámmag, szójabab, tojások energia 187 kcal szénhidr.32,6 g fehérje 11,7 g cukor 0 g zsír 0,7 g só 0,9 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	Csirkemell sonka Paradicsom Vajkrémes kenyér <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójabab, tojások energia 259 kcal szénhidr.34 g fehérje 12,8 g cukor 0 g zsír 7,3 g só 2,9 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!