

# ÉTLAP

2023.09.11-2023.09.15, Normál, A  
Óvodáskorú

Dátum/Étkezés	2023.09.11, Hétfő	2023.09.12, Kedd	2023.09.13, Szerda	2023.09.14, Csütörtök	2023.09.15, Péntek
TÍZÓRAI	<p>saga gyümölcstea</p> <p>csirkemájkrém</p> <p>telj.kiőrl.kenyér 500gr.ovi Allergén(ek): glutén,</p> <p>Paprika (Energ.(Kcal):241.86 Zsír(g):2.34 Tel.zs (g):0.01 Feh.(g):5.62 Széh.(g):25.32 Só (g):0.49)</p>	<p>Kakaó óvodás0,21/fő Allergén(ek): laktóz,</p> <p>Margarin paprika óvodás</p> <p>Keszői kifli Allergén(ek): glutén, (Energ.(Kcal):197.37 Zsír(g):7.11 Tel.zs (g):1.47 Feh.(g):7.20 Széh.(g):24.58 Só (g):0.31)</p>	<p>Gyümölcsle 50%-os</p> <p>párizsi felvágott Allergén(ek): szója,</p> <p>telj.kiőrl.kenyér 500gr.ovi Allergén(ek): glutén,</p> <p>paradicsom (Energ.(Kcal):307.86 Zsír(g):4.28 Tel.zs (g):0.82 Feh.(g):6.52 Széh.(g):35.21 Cukor (g):15.00 Só(g):0.81)</p>	<p>Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz,</p> <p>Keszői fonott kalács Allergén(ek): tojás glut, (Energ.(Kcal):288.05 Zsír (g):8.75 Tel.zs(g):1.75 Feh.(g):11.17 Széh.(g):39.30 Só(g):0.35)</p>	<p>saga gyümölcstea</p> <p>Soproni felvágott</p> <p>telj.kiőrl.kenyér 500gr.ovi Allergén(ek): glutén,</p> <p>kígyó uborka (Energ.(Kcal):349.16 Zsír(g):3.50 Tel.zs (g):0.01 Feh.(g):5.37 Széh.(g):24.61 Só (g):0.46)</p>
EBÉD	<p>Karfiol leves óvodás Allergén(ek): glutén, zeller, tojás,</p> <p>Halfasírt ovi Allergén(ek): glutén, tojás,</p> <p>Párolt rizs óvodás (Energ.(Kcal):502.76 Zsír(g):12.15 Tel.zs (g):1.95 Feh.(g):11.60 Széh.(g):70.72 Só (g):0.70)</p>	<p>rántott leves ovi Allergén(ek): glutén, zeller, tojás glut,</p> <p>Burgonya főzelék óvodás Allergén(ek): glutén,</p> <p>Aprópecsenye óvodás</p> <p>telj.kiőrl.kenyér 500gr.ovi Allergén(ek): glutén, (Energ.(Kcal):590.92 Zsír(g):10.96 Tel.zs (g):0.62 Feh.(g):22.22 Széh.(g):62.86 Só (g):0.48)</p>	<p>csirkeaprólék leves ovi Allergén(ek): zeller, tojás glut,</p> <p>vargabéles ovi Allergén(ek): tojás glut, tej, tojás,</p> <p>Alma (Energ.(Kcal):633.44 Zsír(g):20.64 Tel.zs (g):9.45 Feh.(g):42.63 Széh.(g):80.61 Cukor (g):0.23 Só(g):0.74)</p>	<p>Zöldség leves óvodás Allergén(ek): zeller, tojás glut,</p> <p>Par.káposztafőzelék óvodás Allergén(ek): glutén,</p> <p>párolt sertésszelet ovis</p> <p>telj.kiőrl.kenyér 500gr.ovi Allergén(ek): glutén,</p> <p>Banán (Energ.(Kcal):644.43 Zsír (g):12.87 Tel.zs(g):0.72 Feh.(g):25.04 Széh.(g):74.10 Só(g):0.82)</p>	<p>Meggyleves ovi Allergén(ek): tej,</p> <p>Csikós tokány ovi Allergén(ek): tej,</p> <p>Tészta köret óvodás Allergén(ek): tojás glut, (Energ.(Kcal):667.36 Zsír(g):15.78 Tel.zs (g):2.80 Feh.(g):29.24 Széh.(g):105.19 Só (g):0.96)</p>
UZSONNA	<p>müzliszelet Allergén(ek): tej, szója, mogyoró,</p> <p>Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz, (Energ.(Kcal):199.80 Zsír(g):3.30 Tel.zs (g):3.72 Feh.(g):7.90 Széh.(g):24.50 Cukor (g):3.10 Só(g):0.07)</p>	<p>Körözött óvodás30gr/fő Allergén(ek): tej,</p> <p>Keszői magvas korpás kifli Allergén(ek): glutén,</p> <p>Paprika (Energ.(Kcal):122.01 Zsír(g):5.32 Tel.zs (g):2.53 Feh.(g):7.79 Széh.(g):13.65 Só (g):0.24)</p>	<p>kefir coop150gr/fő Allergén(ek): tej,</p> <p>Keszői kifli Allergén(ek): glutén, (Energ.(Kcal):130.90 Zsír(g):4.44 Tel.zs (g):0.25 Feh.(g):5.40 Széh.(g):17.07 Cukor (g):5.52 Só(g):0.40)</p>	<p>Keszői korpás zsemle Allergén(ek): glutén,</p> <p>Paprika</p> <p>Zala felvágott Kométa (Energ.(Kcal):99.80 Zsír (g):2.44 Tel.zs(g):0.77 Feh.(g):4.12 Széh.(g):14.41 Só(g):0.40)</p>	<p>Danette puding Allergén(ek): tej, (Energ.(Kcal):135.00 Zsír(g):3.80 Tel.zs (g):2.60 Feh.(g):3.80 Széh.(g):21.40 Cukor (g):18.10 Só(g):0.18)</p>

Jó étvágyat kívánunk!

Négyszögletű Kerekdő Óvoda Kemeneshőgyész Ady u. 12. Az étlapot készítette: Nigovicz Annamária, Kovácsné Klein Csilla Az energia Kcal-ban, a szh., feh., só, tel.zs. zsír gr-ban van megadva.

# ÉTLAP

2023.09.11-2023.09.15, Normál, A  
Felnőttkorú-1

Dátum/Étkezés	2023.09.11, Hétfő	2023.09.12, Kedd	2023.09.13, Szerda	2023.09.14, Csütörtök	2023.09.15, Péntek
EBÉD	<p><b>Karfiol leves felnőtt</b> Allergén(ek): glutén, zeller,</p> <p><b>Gombás hagymás csirkeragu fn.</b></p> <p><b>Párolt rizs felnőtt</b> (Energ. (Kcal): 686.60 Zsír(g): 9.40 Tel.zs(g): 1.18 Feh.(g): 29.62 Széh.(g): 87.14 Só (g): 0.15)</p>	<p><b>rántott leves feln.</b> Allergén(ek): glutén, zeller, tojás glut,</p> <p><b>Eurgonya főzelék felnőtt</b> Allergén(ek): glutén,</p> <p><b>Aprópecsenye felnőtt</b></p> <p><b>Keszői kenyér</b> Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal): 819.50 Zsír(g): 22.42 Tel.zs (g): 1.55 Feh.(g): 34.53 Széh.(g): 97.73 Só (g): 0.80)</p>	<p><b>csirkeaprólék leves fn.</b> Allergén(ek): zeller, tojás glut,</p> <p><b>vargabéles feln.</b> Allergén(ek): tojás glut, tej, tojás, (Energ. (Kcal): 889.35 Zsír(g): 29.83 Tel.zs (g): 13.95 Feh. (g): 61.52 Széh. (g): 91.08 Só (g): 1.07)</p>	<p><b>Zöldség leves felnőtt</b> Allergén(ek): zeller, tojás glut,</p> <p><b>Par.káposztafőzelék felnőtt</b> Allergén(ek): glutén,</p> <p><b>párolt sertésszelet felnőtt</b></p> <p><b>Keszői kenyér</b> Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal): 777.07 Zsír (g): 23.34 Tel.zs(g): 10.91 Feh.(g): 35.32 Széh.(g): 84.94 Só(g): 1.17)</p>	<p><b>meggyleves felnőtt</b> Allergén(ek): glutén, tej,</p> <p><b>Csikós tokány fn.</b> Allergén(ek): tej,</p> <p><b>Tészta köret felnőtt</b> Allergén(ek): tojás glut, (Energ. (Kcal): 863.52 Zsír(g): 33.51 Tel.zs(g): 6.60 Feh.(g): 43.35 Széh.(g): 102.33 Só(g): 1.29)</p>

br>

**Jó étvágyat kívánunk!**

Négyszögletű Kerekerdő Óvoda Kemeneshőgyész Ady u. 12. Az étlapot készítette: Nigovicz Annamária, Kovácsné Klein Csilla Az energia Kcal-ban, a szh., feh., só, tel.zs. zsír gr-ban van megadva.