

ÉTLAP

2018.03.19-2018.03.23, Normál, A
Óvodáskorú

Dátum/étkezés	2018.03.19, Hétfő	2018.03.20, Kedd	2018.03.21, Szerda	2018.03.22, Csütörtök	2018.03.23, Péntek
Tízórai	<p>saga gyümölcstea</p> <p>Keszői teljes kiőrlésű kenyér</p> <p>Vajkrém óvodás (Energ.:1019.40 Feh.:4.91 Zsír:8.69 Szénh.:33.80 Só:0.77 Tel.zs:15.44 Allergén (ek):glutén)</p>	<p>Tejeskávé óvodás0,2l/fő</p> <p>Keszői fonott kalács (Energ.:1272.80 Feh.:10.48 Zsír:8.19 Szénh.:44.84 Só:0.35 Tel.zs:1.59 Allergén (ek):tojás glutén tej)</p>	<p>Gyümölcsle 50%-os</p> <p>Coop Párizsi felvágott óvodás</p> <p>Keszői teljes kiőrlésű kenyér</p> <p>paradicsom (Energ.:975.30 Feh.:5.90 Zsír:2.57 Szénh.:43.02 Só:0.99 Tel.zs:0.41 Cukor:15.00 Allergén(ek):szója, glutén)</p>	<p>karamellás tej ovi0,2l/fő</p> <p>Sajtos pereg (Energ.:1451.20 Feh.:8.60 Zsír:10.58 Szénh.:48.93 Só:0.88 Tel.zs:2.80 Cukor:5.17 Allergén (ek):laktóz)</p>	<p>saga gyümölcstea</p> <p>pirított kenyér ovi (Energ.:694.80 Feh.:3.53 Zsír:3.75 Szénh.:28.04 Só:0.64 Tel.zs:0.43 Allergén (ek):glutén)</p>
Ebéd	<p>Kertész leves óvodás</p> <p>kakaós csiga óvodás (Energ.:2660.77 Feh.:14.93 Zsír:25.89 Szénh.:80.80 Só:0.44 Tel.zs:4.65 Allergén (ek):zeller, glutén, laktóz)</p>	<p>Zöldség leves óvodás</p> <p>tejfölös burgonyafőzelék ovi</p> <p>Sertéspörkölt óvodás</p> <p>Keszői teljes kiőrlésű kenyér</p> <p>körte (Energ.:3041.80 Feh.:16.00 Zsír:25.76 Szénh.:100.95 Só:0.94 Tel.zs:7.89 Allergén (ek):zeller, glutén)</p>	<p>Sertésragu leves óvodás</p> <p>Szilvásgombóc óvodás</p> <p>Alma (Energ.:1866.16 Feh.:13.04 Zsír:2.37 Szénh.:90.29 Só:0.02 Tel.zs:1.50 Allergén (ek):zeller, tojás, glutén)</p>	<p>Csurgatott tojásleves óvodás</p> <p>Rakott zöldbab óvodás</p> <p>Banán (Energ.:2139.21 Feh.:12.27 Zsír:13.70 Szénh.:80.03 Só:0.61 Tel.zs:5.95 Allergén (ek):glutén, zeller)</p>	<p>Karalábé leves óvodás</p> <p>Hentes tokány óvodás</p> <p>Tarhonya óvodás</p> <p>Mandarin (Energ.:2809.34 Feh.:21.09 Zsír:35.29 Szénh.:60.39 Só:0.50 Tel.zs:2.37 Cukor:0.90 Allergén (ek):zeller, tojás glutén)</p>
Uzsonna	<p>tejszelet</p> <p>Alma (Energ.:646.00 Feh.:2.08 Zsír:8.40 Szénh.:24.40 Só:0.14 Allergén(ek):tej tojás)</p>	<p>Kocka sajt ovi medvel7,5gr/fő</p> <p>Keszői korpás kifli</p> <p>Paprika (Energ.:456.15 Feh.:4.35 Zsír:4.10 Szénh.:13.08 Só:0.58 Tel.zs:18.13 Allergén (ek):tej laktóz, glutén)</p>	<p>gyümölcsjoghurt danone125gr/fő (Energ.:322.00 Feh.:1.80 Zsír:1.10 Szénh.:14.80 Só:0.05 Tel.zs:0.60 Allergén(ek):tej)</p>	<p>Diákcsemege coop</p> <p>Keszői magvas korpás zsemle</p> <p>kígyó uborka (Energ.:535.65 Feh.:4.72 Zsír:5.52 Szénh.:13.51 Só:0.46 Tel.zs:1.73 Allergén (ek):glutén)</p>	<p>pudingos keksz ovi (Energ.:508.50 Feh.:2.79 Zsír:2.11 Szénh.:21.98 Só:0.14 Allergén(ek):glutén szulfit, laktóz)</p>

br>

Jó étvágyat kívánunk!

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

ÉTLAP

2018.03.19-2018.03.23, Normál, A
Felnőttkorú-1

Dátum/étkezés	2018.03.19, Hétfő	2018.03.20, Kedd	2018.03.21, Szerda	2018.03.22, Csütörtök	2018.03.23, Péntek
Ebéd	Kertész leves felnőtt kakaós csiga felnőtt (Energ.:7491.04 Feh.:36.50 Zsír:55.20 Szénh.:272.36 Só:0.59 Tel.zs:9.73 Allergén (ek):zeller, glutén, laktóz)	Zöldség leves felnőtt tejfölös burgonyafőzelék f. Keszői kenyér Sertéspörkölt felnőtt (Energ.:4957.01 Feh.:25.05 Zsír:41.45 Szénh.:164.78 Só:1.08 Tel.zs:11.50 Allergén (ek):zeller, glutén)	Sertésragu leves felnőtt Szilvágombóc felnőtt (Energ.:4595.24 Feh.:25.49 Zsír:19.21 Szénh.:196.15 Só:0.03 Tel.zs:4.50 Allergén (ek):zeller, tojás, glutén)	Csurgatott tojásleves felnőtt Rakott zöldbab felnőtt (Energ.:4059.64 Feh.:19.72 Zsír:50.58 Szénh.:98.67 Só:1.12 Tel.zs:19.69 Allergén(ek):glutén, zeller)	Karalábé leves felnőtt Hentes tokány felnőtt Tarhonya felnőtt (Energ.:5925.28 Feh.:46.58 Zsír:74.29 Szénh.:126.98 Só:1.27 Tel.zs:5.52 Cukor:2.10 Allergén(ek):zeller, tojás glutén)

br>

Jó étvágyat kívánunk!

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