

# ÉTLAP

2024.02.12-2024.02.16, Normál, A  
Óvodáskorú

Dátum/Étkezés	2024.02.12, Hétfő	2024.02.13, Kedd	2024.02.14, Szerda	2024.02.15, Csütörtök	2024.02.16, Péntek
TÍZÓRAI	<p>saga gyümölcstea 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>Tej óvodás1,5% - os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz,</p> <p>Margarin paprika óvodás</p> <p>Keszői kifli Allergén(ek): glutén, (Energ.(Kcal):202.30 Zsír(g):8.20 Tel.zs (g):1.87 Feh.(g):8.60 Széh.(g):22.15 Só (g):0.31)</p>	<p>Gyümölcsle 50%-os</p> <p>Kocka sajt ovi medvel17,5gr/fő Allergén(ek): tej laktóz,</p> <p>telj.kiőrl.kenyér 500gr.ovi Allergén(ek): glutén,</p> <p>paradicsom (Energ.(Kcal):306.44 Zsír(g):4.00 Tel.zs (g):17.89 Feh.(g):6.16 Széh.(g):35.94 Cukor (g):15.00 Só(g):0.79)</p>	<p>Tej óvodás1,5% - os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz,</p> <p>Keszői sajtos pogi 250 gr Allergén(ek): glutén tej,</p> <p>telj.kiőrl.kenyér 500gr.ovi Allergén(ek): glutén, (Energ.(Kcal):432.31 Zsír(g):8.81 Tel.zs (g):3.17 Feh.(g):15.40 Széh.(g):47.27 Cukor (g):0.83 Só(g):0.92)</p>	<p>saga gyümölcstea Zala felvágott Kométa</p> <p>telj.kiőrl.kenyér 500gr.ovi Allergén(ek): glutén,</p> <p>kígyó uborka (Energ.(Kcal):242.52 Zsír(g):2.61 Tel.zs (g):0.74 Feh.(g):5.80 Széh.(g):24.66 Só (g):0.46)</p>
EBÉD	<p>Tavaszi leves óvodás Allergén(ek): zeller, glutén, tojás glút,</p> <p>ízes bukta óvodás Allergén(ek): glutén, tojás, laktóz, (Energ.(Kcal):650.62 Zsír(g):12.75 Tel.zs (g):1.86 Feh.(g):13.78 Széh.(g):83.26 Só (g):0.13)</p>	<p>Daragaluska leves óvodás Allergén(ek): tojás, glutén,</p> <p>Zöldborsó főzelék óvodás Allergén(ek): glutén, tej,</p> <p>Csirkepörkölt óvodás</p> <p>telj.kiőrl.kenyér 500gr.ovi Allergén(ek): glutén, (Energ.(Kcal):599.61 Zsír(g):21.10 Tel.zs (g):7.55 Feh.(g):36.64 Széh.(g):64.17 Só (g):0.98)</p>	<p>Zöldbableves óvodás Allergén(ek): zeller, tojás glut, tojás, glutén,</p> <p>Milánói makaróni óvodás Allergén(ek): tojás, tej, (Energ.(Kcal):545.12 Zsír(g):25.11 Tel.zs (g):23.06 Feh. (g):27.51 Széh. (g):22.35 Cukor (g):0.64 Só(g):1.02)</p>	<p>Csontleves óvodás Allergén(ek): zeller, glutén,</p> <p>Székelykáposzta óvodás Allergén(ek): glutén, tej, zeller,</p> <p>Banán (Energ.(Kcal):371.80 Zsír(g):19.79 Tel.zs (g):5.64 Feh.(g):17.69 Széh.(g):44.66 Só (g):0.18)</p>	<p>Paradicsom leves óvodás Allergén(ek): glutén, zeller,</p> <p>Rántott hal óvodás Allergén(ek): glutén, tojás,</p> <p>Párolt rizs óvodás (Energ.(Kcal):418.82 Zsír(g):12.88 Tel.zs (g):2.23 Feh.(g):8.46 Széh.(g):58.16 Só (g):0.20)</p>
ÜZSONNA	<p>Győri zabfalatok Allergén(ek): glutén szó,</p> <p>Alma (Energ.(Kcal):131.20 Zsír(g):4.52 Feh. (g):2.01 Széh. (g):19.90 Cukor (g):5.26 Só(g):0.28)</p>	<p>Virslis kifli ovi (Energ.(Kcal):179.50 Zsír(g):10.55 Tel.zs (g):4.55 Feh.(g):8.05 Széh.(g):11.65 Só (g):0.74)</p>	<p>Túró Rudi Oké Allergén(ek): tej,</p> <p>Mandarin (Energ.(Kcal):125.10 Zsír(g):3.80 Tel.zs (g):2.80 Feh.(g):9.10 Széh.(g):19.00 Cukor (g):8.80 Só(g):0.02)</p>	<p>Tojáskrém óvodás Allergén(ek): tojás, mustár,</p> <p>Keszői magvas korpás kifli Allergén(ek): glutén, (Energ.(Kcal):99.65 Zsír(g):4.82 Tel.zs (g):1.58 Feh.(g):2.69 Széh.(g):10.85 Só (g):0.36)</p>	<p>Alma</p> <p>Banán (Energ.(Kcal):135.90 Feh.(g):1.70 Széh. (g):31.20 Só(g):0.07)</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.

# ÉTLAP

2024.02.12-2024.02.16, Normál, A  
Felnőttkorú-1

Dátum/Étkezés	2024.02.12, Hétfő	2024.02.13, Kedd	2024.02.14, Szerda	2024.02.15, Csütörtök	2024.02.16, Péntek
EBÉD	<b>Tavaszi leves felnőtt</b> Allergén(ek): zeller, glutén, tojás glut, <b>Ízes bukta felnőtt</b> Allergén(ek): glutén, tojás, laktóz, (Energ. (Kcal):1066.44 Zsír(g):19.29 Tel.zs (g):2.88 Feh.(g):20.07 Széh.(g):122.46 Só (g):0.22)	<b>Daragaluska leves felnőtt</b> Allergén(ek): zeller, tojás, glutén, <b>Zöldborsó főzelék felnőtt</b> Allergén(ek): glutén, tej, <b>Csirkepörkölt felnőtt</b> <b>Keszői kenyér</b> Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):789.17 Zsír(g):25.08 Tel.zs (g):9.05 Feh.(g):54.48 Széh.(g):104.76 Só (g):2.04)	<b>Zöldbableves felnőtt</b> Allergén(ek): zeller, tojás glut, tojás, glutén, <b>Milánói makaróni felnőtt</b> Allergén(ek): tojás, tej, (Energ. (Kcal):762.96 Zsír(g):32.77 Tel.zs (g):22.97 Feh.(g):37.82 Széh.(g):33.37 Cukor (g):0.64 Só(g):1.11)	<b>Csontleves Felnőtt</b> Allergén(ek): tojás glut, zeller, <b>Székelykáposzta felnőtt</b> Allergén(ek): glutén, tej, zeller, <b>Keszői kenyér</b> Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):648.35 Zsír(g):26.31 Tel.zs (g):5.68 Feh.(g):38.98 Széh.(g):71.06 Só (g):0.85)	<b>Paradicsom leves felnőtt</b> Allergén(ek): glutén, zeller, <b>Rántott pulykamáj fn.</b> Allergén(ek): glutén, tojás, <b>Párolt rizs felnőtt</b> (Energ. (Kcal):1049.79 Zsír(g):17.58 Tel.zs(g):2.34 Feh.(g):42.01 Széh.(g):111.03 Só(g):0.33)

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 vanmegadva.