

# ÉTLAP

2025.05.05-2025.05.09, Normál, A  
Óvodáskorú

Dátum/Étkezés	2025.05.05, Hétfő	2025.05.06, Kedd	2025.05.07, Szerda	2025.05.08, Csütörtök	2025.05.09, Péntek
TÍZÓRAI	<p><b>saga gyümölcstea cukorral</b></p> <p><b>Hamé tonhalkrém</b> Allergén(ek): hal, szója, tej, tojás,</p> <p><b>Keszői teljeskiőrlésű kenyér t</b> Allergén(ek): glutén,</p> <p><b>zöldpaprika</b> (Energ. (Kcal): 228.37 Zsír(g): 7.37 Tel. zs (g): 0.60 Feh. (g): 5.77 Széh. (g): 33.45 Só (g): 0.72)</p>	<p><b>Tej óvodás 1,5% -os uht 0,21/fő</b> Allergén(ek): laktóz,</p> <p><b>Méz óvodás</b></p> <p><b>Delma margarin</b></p> <p><b>Keszői kifli</b> Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal): 290.09 Zsír(g): 8.79 Tel. zs (g): 2.72 Feh. (g): 10.45 Széh. (g): 33.75 Cukor (g): 0.05 Só(g): 0.78)</p>	<p><b>Sió 50% almalé</b></p> <p><b>Sajtos párizsi</b></p> <p><b>Keszői teljeskiőrlésű kenyér t</b> Allergén(ek): glutén,</p> <p><b>paradicsom</b> (Energ. (Kcal): 262.66 Zsír(g): 5.30 Tel. zs (g): 1.46 Feh. (g): 7.77 Széh. (g): 46.52 Cukor (g): 19.40 Só(g): 0.87)</p>	<p><b>Tej óvodás 1,5% -os uht 0,21/fő</b> Allergén(ek): laktóz,</p> <p><b>Keszői briós</b> Allergén(ek): glutén tej, (Energ. (Kcal): 286.80 Zsír(g): 8.31 Tel. zs (g): 2.76 Feh. (g): 10.63 Széh. (g): 40.60 Só (g): 0.35)</p>	<p><b>saga gyümölcstea cukorral</b></p> <p><b>Trappista sajt 10gr/fő</b> Allergén(ek): tej,</p> <p><b>kigyó uborka</b></p> <p><b>Keszői teljeskiőrlésű kenyér t</b> Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal): 253.84 Zsír(g): 7.56 Tel. zs (g): 5.37 Feh. (g): 12.23 Széh. (g): 32.71 Cukor (g): 0.48 Só (g): 1.03)</p>
EBÉD	<p><b>betyárleves ovi</b> Allergén(ek): zeller, tojás glut, tej,</p> <p><b>sajtos pogácsa óvodás</b> Allergén(ek): glutén, tej, tojás, (Energ. (Kcal): 521.37 Zsír(g): 28.01 Tel. zs (g): 9.49 Feh. (g): 20.39 Széh. (g): 37.90 Cukor (g): 1.32 Só(g): 0.36)</p>	<p><b>Zöldségerőleves ovi</b> Allergén(ek): zeller, glutén,</p> <p><b>Tejfölös tökfőzelék ovi.</b> Allergén(ek): glutén, zeller, tej,</p> <p><b>Halfasírt ovi (cápaharcsa)</b> Allergén(ek): glutén, tojás,</p> <p><b>telj.kiőrl.kenyér keszői ebéd</b> Allergén(ek): glutén,</p> <p><b>Alma</b> (Energ. (Kcal): 553.19 Zsír(g): 21.79 Tel. zs (g): 5.12 Feh. (g): 22.88 Széh. (g): 58.28 Cukor (g): 2.35 Só(g): 0.94)</p>	<p><b>csirkeraguleves ovi</b> Allergén(ek): zeller, tojás glut,</p> <p><b>Gránátos kocka óvodás</b> Allergén(ek): tojás,</p> <p><b>Banán</b> (Energ. (Kcal): 603.66 Zsír(g): 13.09 Tel. zs (g): 1.26 Feh. (g): 25.39 Széh. (g): 91.42 Só(g): 0.15)</p>	<p><b>rántott leves ovi</b> Allergén(ek): glutén, zeller, tojás glut,</p> <p><b>töltött káposzta óvodás</b> Allergén(ek): zeller, glutén, tojás,</p> <p><b>telj.kiőrl.kenyér keszői ebéd</b> Allergén(ek): glutén,</p> <p><b>Alma</b> (Energ. (Kcal): 610.64 Zsír(g): 22.15 Tel. zs (g): 2.31 Feh. (g): 24.54 Széh. (g): 57.68 Cukor (g): 1.72 Só(g): 0.51)</p>	<p><b>tejfölös gombaleves ovi</b> Allergén(ek): glutén, tej, zeller,</p> <p><b>rizseshús óvodás</b> Allergén(ek): zeller, (Energ. (Kcal): 512.83 Zsír(g): 12.34 Tel. zs (g): 3.07 Feh. (g): 20.70 Széh. (g): 63.88 Cukor (g): 0.63 Só (g): 0.18)</p>
ÜZSONNA	<p><b>Tej óvodás 1,5% -os uht 0,21/fő</b> Allergén(ek): laktóz,</p> <p><b>Keszői korpás kifli</b> Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal): 183.55 Zsír(g): 6.22 Tel. zs (g): 1.87 Feh. (g): 8.65 Széh. (g): 21.71 Só (g): 0.48)</p>	<p><b>Magyaros vajkrém 20%-os zsírt.</b></p> <p><b>Keszői korpás kifli</b> Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal): 81.35 Zsír(g): 2.62 Tel. zs (g): 0.25 Feh. (g): 6.85 Széh. (g): 15.11 Só (g): 0.28)</p>	<p><b>gyümölcsjoghurt danone 125gr/fő</b> Allergén(ek): tej, (Energ. (Kcal): 76.00 Zsír(g): 1.10 Tel. zs (g): 0.60 Feh. (g): 1.80 Széh. (g): 14.80 Só (g): 0.05)</p>	<p><b>Keszői virslis kifli</b> (Energ. (Kcal): 172.50 Zsír(g): 8.72 Tel. zs (g): 4.10 Feh. (g): 4.75 Széh. (g): 18.27 Cukor (g): 0.91 Só(g): 1.00)</p>	<p><b>Tej óvodás 1,5% -os uht 0,21/fő</b> Allergén(ek): laktóz,</p> <p><b>Bona vita gabonagolyó kakaós</b> Allergén(ek): glutén mo, (Energ. (Kcal): 252.25 Zsír(g): 6.55 Tel. zs (g): 1.97 Feh. (g): 9.53 Széh. (g): 13.26 Cukor (g): 0.81 Só (g): 0.40)</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

2025.05.05-2025.05.09, Normál, A  
Felnőttkorú-1

Dátum/Étkezés	2025.05.05, Hétfő	2025.05.06, Kedd	2025.05.07, Szerda	2025.05.08, Csütörtök	2025.05.09, Péntek
EBÉD	<p><b>betyárleves felnőtt</b> Allergén(ek): tej, zeller, tojás glut,</p> <p><b>sajtos pogácsa felnőtt</b> Allergén(ek): glutén, tej, tojás, (Energ. (Kcal):791.97 Zsír (g):38.76 Tel.zs (g):13.88 Feh. (g):30.65 Széh. (g):66.90 Cukor (g):1.61 Só (g):0.33)</p>	<p><b>Zöldségerőleves fn.</b> Allergén(ek): zeller, glutén,</p> <p><b>Tejfölös tökfőzelék fn.</b> Allergén(ek): glutén, zeller, tej,</p> <p><b>fasírt feln. (sertés)</b> Allergén(ek): glutén, tojás, zeller,</p> <p><b>Készői kenyér fehér</b> Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):743.46 Zsír(g):22.37 Tel.zs (g):5.72 Feh. (g):33.81 Széh. (g):92.16 Cukor (g):1.00 Só(g):1.52)</p>	<p><b>csirkeraguleves feln.</b> Allergén(ek): zeller, tojás glut,</p> <p><b>Gránátos kocka felnőtt</b> Allergén(ek): tojás, (Energ. (Kcal):842.94 Zsír(g):10.51 Tel.zs (g):0.78 Feh. (g):43.64 Széh. (g):135.42 Só (g):0.24)</p>	<p><b>rántott leves feln.</b> Allergén(ek): glutén, zeller, tojás glut,</p> <p><b>Töltött káposzta felnőtt</b> Allergén(ek): glutén, tojás, zeller,</p> <p><b>Készői kenyér fehér</b> Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):847.41 Zsír(g):26.49 Tel.zs (g):2.78 Feh. (g):36.50 Széh. (g):83.58 Só (g):0.92)</p>	<p><b>tejfölös gombaleves felnőtt</b> Allergén(ek): zeller, glutén, tej,</p> <p><b>rizseshús felnőtt</b> Allergén(ek): zeller,</p> <p><b>Csemege uborka felnőtt</b> (Energ. (Kcal):771.87 Zsír (g):17.80 Tel.zs (g):2.90 Feh. (g):33.01 Széh. (g):99.89 Cukor (g):2.02 Só (g):1.96)</p>

br>

**Jó étvágyat kívánunk!**

Négyszögletű Kerekerdő Óvoda Kemeneshögyész 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.