

ÉTLAP

2026.03.02-2026.03.06, Normál. A

Dátum/Étkezés	2026.03.02, Hétfő	2026.03.03, Kedd	2026.03.04, Szerda	2026.03.05, Csütörtök	2026.03.06, Péntek
EBÉD	<p>csirkeaprólék leves fn. Allergén(ek): zeller, glutén, tojás,</p> <p>kakaós kalács feln. Allergén(ek): glutén, laktóz, tej, tojás, (Energ. (Kcal): 783.82 Zsír(g): 24.84 Tel. zs (g): 4.06 Feh. (g): 35.06 Széh. (g): 90.48 Kálcium (g): 0.07 Só(g): 0.22)</p>	<p>Tojás leves felnőtt Allergén(ek): glutén, tojás,</p> <p>rakott karfiol feln. Allergén(ek): tej, zeller, (Energ. (Kcal): 816.54 Zsír(g): 31.53 Tel. zs (g): 8.01 Feh. (g): 34.68 Széh. (g): 94.07 Cukor(g): 1.13 Kálcium (g): 0.06 Só (g): 0.22)</p>	<p>Magyaros burgonyaleves felnőtt Allergén(ek): glutén, zeller, tojás,</p> <p>Spenótós tejszínes csirke tésztával fn. Allergén(ek): tej, glutén, tojás, (Energ. (Kcal): 723.30 Zsír(g): 14.79 Tel. zs (g): 2.98 Feh. (g): 38.56 Széh. (g): 107.30 Cukor (g): 11.42 Kálcium (g): 0.01 Só(g): 0.62)</p>	<p>Csontleves Felnőtt (sertés) Allergén(ek): glutén, tojás, zeller,</p> <p>Kelkáposztafőzelék felnőtt Allergén(ek): glutén, zeller,</p> <p>fasírt feln. (sertés) Allergén(ek): glutén, tojás, zeller,</p> <p>Keszői kenyér fehér Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal): 807.61 Zsír(g): 25.98 Tel. zs (g): 2.42 Feh. (g): 38.15 Széh. (g): 93.52 Só(g): 1.64)</p>	<p>Paradicsom leves felnőtt Allergén(ek): glutén, zeller,</p> <p>rizseshús felnőtt Allergén(ek): zeller,</p> <p>Csemege uborka felnőtt (Energ. (Kcal): 749.69 Zsír(g): 16.89 Tel. zs (g): 1.06 Feh. (g): 32.85 Széh. (g): 109.37 Cukor(g): 1.52 Só(g): 1.91)</p>
ÖSSZESÍTÉS	<p>Energ. (Kcal): 783.82 Zsír (g): 24.84 Tel. zs (g): 4.06 Feh. (g): 35.06 Széh. (g): 90.48 Kálcium (g): 0.07</p>	<p>Energ. (Kcal): 816.54 Zsír(g): 31.53 Tel. zs (g): 8.01 Feh. (g): 34.68 Széh. (g): 94.07 Cukor (g): 1.13 Kálcium (g): 0.06</p>	<p>Energ. (Kcal): 723.30 Zsír(g): 14.79 Tel. zs (g): 2.98 Feh. (g): 38.56 Széh. (g): 107.30 Cukor (g): 11.42 Kálcium (g): 0.01</p>	<p>Energ. (Kcal): 807.61 Zsír(g): 25.98 Tel. zs (g): 2.42 Feh. (g): 38.15 Széh. (g): 93.52</p>	<p>Energ. (Kcal): 749.69 Zsír(g): 16.89 Tel. zs (g): 1.06 Feh. (g): 32.85 Széh. (g): 109.37 Cukor (g): 1.52</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

2026.03.02-2026.03.06, Normál, A

Dátum/Étkezés	2026.03.02, Hétfő	2026.03.03, Kedd	2026.03.04, Szerda	2026.03.05, Csütörtök	2026.03.06, Péntek
TÍZÓRAI	<p>saga gyümölcsstea cukorral</p> <p>sertés májkrém</p> <p>Keszői teljeskiórlésű kenyér t Allergén(ek): glutén,</p> <p>zöldpaprika (Energ.(Kcal):196.22 Zsír(g):3.02 Tel.zs(g):0.75 Feh.(g):7.07 Széh.(g):33.06 Cukor(g):0.25 Só(g): 1.02)</p>	<p>Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz,tej,</p> <p>Sajtos perez keszői Allergén(ek): tej,glutén,tojás,(Energ.(Kcal):284.30 Zsír(g):10.16 Tel.zs(g):3.62 Feh.(g):11.50 Széh.(g):35.16 Cukor(g):3.69 Kálcium(g):0.24 Só(g):0.81)</p>	<p>Verde multivitamin 50% Kométa soproni felvágott</p> <p>Keszői teljeskiórlésű kenyér t Allergén(ek): glutén,</p> <p>paradicsom (Energ.(Kcal):226.62 Zsír(g):5.30 Tel.zs(g):1.84 Feh.(g):7.21 Széh.(g):36.10 Cukor(g):9.48 Só(g): 0.86)</p>	<p>Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz,tej,</p> <p>Keszői fonott kalács Allergén(ek): tej,glutén,tojás,(Energ.(Kcal):288.05 Zsír(g):8.75 Tel.zs(g):1.75 Feh.(g):11.17 Széh.(g):39.30 Kálcium(g):0.24 Só(g): 0.55)</p>	<p>saga gyümölcsstea cukorral</p> <p>Tejszínes krémsajt aro natur Allergén(ek): tej,</p> <p>Keszői teljeskiórlésű kenyér t Allergén(ek): glutén,</p> <p>kígyó uborka (Energ.(Kcal):207.58 Zsír(g):4.86 Tel.zs(g):3.00 Feh.(g):6.98 Széh.(g):32.39 Cukor(g):0.81 Kálcium(g):0.15 Só(g):0.97)</p>
EBÉD	<p>csirkeaprólék leves ovi Allergén(ek): zeller,</p> <p>kakaós kalács ovi Allergén(ek): glutén,laktóz,tej,tojás,</p> <p>Banán (Energ.(Kcal):555.82 Zsír(g):15.63 Tel.zs(g):2.31 Feh.(g):22.45 Széh.(g):78.57 Kálcium(g):0.04 Só(g): 0.12)</p>	<p>Tojás leves óvodás Allergén(ek): glutén,tojás,</p> <p>rakott karfiol ovi Allergén(ek): tej,zeller,</p> <p>Mandarin (Energ.(Kcal):600.51 Zsír(g):21.14 Tel.zs(g):6.42 Feh.(g):23.70 Széh.(g):75.27 Cukor(g):1.05 Kálcium(g):0.05 Só(g):0.15)</p>	<p>Magyaros burgonyaleves óvodás Allergén(ek): glutén,zeller,tojás,</p> <p>Spenótos tejszínes csirke tésztával ovi Allergén(ek): tej,glutén,tojás,</p> <p>Banán (Energ.(Kcal):566.26 Zsír(g):12.14 Tel.zs(g):2.24 Feh.(g):24.74 Széh.(g):87.21 Cukor(g):6.89 Kálcium(g):0.01 Só(g): 0.44)</p>	<p>Csontleves óvodás (sertés) Allergén(ek): zeller,glutén,tojás,</p> <p>Kelkáposztafőzelék óvodás Allergén(ek): glutén,zeller,</p> <p>fasírt ovi (sertés) Allergén(ek): glutén,tojás,zeller,</p> <p>tej.kiórl.kenyér keszői ebéd Allergén(ek): glutén,</p> <p>Banán (Energ.(Kcal):489.18 Zsír(g):13.27 Tel.zs(g):0.95 Feh.(g):23.99 Széh.(g):60.53 Cukor(g):1.72 Só(g): 0.78)</p>	<p>Paradicsom leves óvodás Allergén(ek): glutén,zeller,</p> <p>rizseshús óvodás Allergén(ek): zeller,</p> <p>Banán (Energ.(Kcal):546.16 Zsír(g):12.27 Tel.zs(g):0.89 Feh.(g):20.69 Széh.(g):83.51 Só(g):0.19)</p>
UZSONNA	<p>Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz,tej,</p> <p>Keszői kifli ovi (uzsi) Allergén(ek): glutén,tej,(Energ.(Kcal):188.38 Zsír(g):6.20 Tel.zs(g):1.87 Feh.(g):8.60 Széh.(g):22.15 Kálcium(g):0.25 Só(g): 0.46)</p>	<p>Pápai párizsi felvágott Allergén(ek): szója,</p> <p>Keszői teljeskiórlésű kenyér t Allergén(ek): glutén,(Energ.(Kcal):165.84 Zsír(g):3.92 Tel.zs(g):1.36 Feh.(g):6.23 Széh.(g):24.56 Só(g):0.87)</p>	<p>Tojáskrém Óvodás Allergén(ek): tojás,tej,mustár,</p> <p>Keszői korpás kifli Allergén(ek): glutén,(Energ.(Kcal):106.42 Zsír(g):3.80 Tel.zs(g):1.81 Feh.(g):5.61 Széh.(g):11.82 Cukor(g):0.47 Kálcium(g):0.02 Só(g): 0.38)</p>	<p>Sárgarépás túrókrém házi Allergén(ek): tej,</p> <p>Keszői korpás zsemle Allergén(ek): glutén,(Energ.(Kcal):133.50 Zsír(g):4.45 Tel.zs(g):2.29 Feh.(g):7.39 Széh.(g):15.45 Cukor(g):0.25 Kálcium(g):0.04 Só(g):0.35)</p>	<p>Parmalat ivójoghurt epres Allergén(ek): tej,</p> <p>Keszői kifli ovi (uzsi) Allergén(ek): glutén,tej,(Energ.(Kcal):150.08 Zsír(g):1.50 Tel.zs(g):0.85 Feh.(g):4.05 Széh.(g):13.20 Cukor(g):1.65 Kálcium(g):0.19 Só(g):0.41)</p>
ÖSSZESÍTÉS	<p>Energ.(Kcal):940.42 Zsír(g):24.85 Tel.zs(g):4.93 Feh.(g):38.12 Széh.(g):133.78 Cukor(g):0.25 Kálcium(g):0.29</p>	<p>Energ.(Kcal):1050.65 Zsír(g):35.22 Tel.zs(g):11.40 Feh.(g):41.43 Széh.(g):134.99 Cukor(g):4.74 Kálcium(g):0.29</p>	<p>Energ.(Kcal):899.30 Zsír(g):21.24 Tel.zs(g):5.89 Feh.(g):37.56 Széh.(g):135.13 Cukor(g):16.84 Kálcium(g):0.03</p>	<p>Energ.(Kcal):910.73 Zsír(g):26.47 Tel.zs(g):4.99 Feh.(g):42.55 Széh.(g):115.28 Cukor(g):1.97 Kálcium(g):0.26</p>	<p>Energ.(Kcal):903.82 Zsír(g):18.63 Tel.zs(g):4.74 Feh.(g):31.72 Széh.(g):129.10 Cukor(g):2.46 Kálcium(g):0.34</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.,,sól,el.zs. zsír gr-ban vanmegadva.