

ÉTLAP

2026.05.18-2026.05.22, Normál, A

Dátum/Étkezés	2026.05.18, Hétfő	2026.05.19, Kedd	2026.05.20, Szerda	2026.05.21, Csütörtök	2026.05.22, Péntek
EBÉD	<p>zöldborsó leves felnőtt Allergén(ek): glutén, tojás, zeller,</p> <p>Csirkés bulgursaláta fn. Allergén(ek): glutén, zeller, (Energ. (Kcal):801.82 Zsír(g):13.91 Tel.zs (g):2.10 Feh. (g):37.67 Széh. (g):118.15 Cukor (g):0.48 Só(g):0.24)</p>	<p>Csontleves Felnőtt (sertés) Allergén(ek): glutén, tojás, zeller,</p> <p>rakott karfiol feln. Allergén(ek): tej, zeller, (Energ. (Kcal):730.06 Zsír(g):19.95 Tel.zs (g):5.28 Feh. (g):33.06 Széh. (g):95.81 Cukor (g):1.13 Kálcium (g):0.06 Só(g):0.25)</p>	<p>Májgaluska leves felnőtt Allergén(ek): zeller, tojás, glutén, tojás gluté,</p> <p>sajtos tejfölös spagetti fn. Allergén(ek): glutén, tojás, tej, (Energ. (Kcal):712.56 Zsír(g):30.98 Tel.zs (g):13.57 Feh. (g):33.15 Széh. (g):72.15 Cukor (g):4.36 Kálcium(g):0.33 Só(g):0.94)</p>	<p>Zöldségerőleves fn. Allergén(ek): zeller, glutén,</p> <p>Paradicsomm. sertéshúsgombóc fn Allergén(ek): glutén, zeller, tojás,</p> <p>Keszői kenyér fehér Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):708.43 Zsír(g):20.82 Tel.zs(g):2.02 Feh. (g):34.26 Széh. (g):86.38 Só(g):0.96)</p>	<p>Lebbencs leves felnőtt Allergén(ek): glutén, tojás, zeller,</p> <p>Töltött csirkecomb fn Allergén(ek): glutén, tojás,</p> <p>Sós burgonya felnőtt Allergén(ek): zeller, (Energ. (Kcal):707.17 Zsír(g):15.15 Tel.zs (g):3.09 Feh. (g):39.91 Széh. (g):96.46 Só(g):0.73)</p>
ÖSSZESÍTÉS	<p>Energ. (Kcal):801.82 Zsír(g):13.91 Tel.zs (g):2.10 Feh. (g):37.67 Széh. (g):118.15 Cukor (g):0.48</p>	<p>Energ. (Kcal):730.06 Zsír(g):19.95 Tel.zs (g):5.28 Feh. (g):33.06 Széh. (g):95.81 Cukor (g):1.13 Kálcium (g):0.06</p>	<p>Energ. (Kcal):712.56 Zsír (g):30.98 Tel.zs (g):13.57 Feh. (g):33.15 Széh. (g):72.15 Cukor (g):4.36 Kálcium(g):0.33</p>	<p>Energ. (Kcal):708.43 Zsír(g):20.82 Tel.zs(g):2.02 Feh. (g):34.26 Széh. (g):86.38</p>	<p>Energ. (Kcal):707.17 Zsír(g):15.15 Tel.zs (g):3.09 Feh. (g):39.91 Széh. (g):96.46</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

2026.05.18-2026.05.22, Normál, A

Dátum/Étkezés	2026.05.18, Hétfő	2026.05.19, Kedd	2026.05.20, Szerda	2026.05.21, Csütörtök	2026.05.22, Péntek
TÍZÓRAI	<p>saga gyümölcsstea cukorral</p> <p>Lapka sajt (hajdú) Allergén(ek): tej,</p> <p>Keszői teljeskiórlésű kenyér t Allergén(ek): glutén,</p> <p>zöldpaprika (Energ. (Kcal):228.12 Zsír(g):6.47 Tel.zs (g):3.60 Feh. (g):7.87 Széh. (g):32.88 Kálcium (g):0.15 Só(g): 1.27)</p>	<p>Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz,tej,</p> <p>sajtos rúd ovi Allergén(ek): tej,glutén, (Energ. (Kcal):270.80 Zsír(g):7.92 Tel.zs (g):2.76 Feh. (g):11.91 Széh. (g):36.20 Cukor (g):1.40 Kálcium (g):0.27 Só(g): 0.77)</p>	<p>Verde multivitamin 50%</p> <p>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>Tejescskávé óvodás0,21/fő Allergén(ek): laktóz,tej,</p> <p>Delma margarin</p> <p>Keszői kifli Allergén(ek): glutén,tej, (Energ. (Kcal):365.65 Zsír(g):11.29 Tel.zs(g):2.72 Feh. (g):10.88 Széh. (g):36.00 Cukor(g):0.05 Kálcium (g):0.26 Só(g): 0.80)</p>	<p>saga gyümölcsstea cukorral</p> <p>tavaszi felvágott ovi Allergén(ek): laktóz zel,</p> <p>Keszői teljeskiórlésű kenyér t Allergén(ek): glutén,</p> <p>kigyó uborka (Energ. (Kcal):190.36 Zsír(g):3.66 Tel.zs (g):1.16 Feh. (g):6.57 Széh. (g):31.24 Cukor (g):0.10 Só(g): 0.92)</p>
EBÉD	<p>Zöldborsó leves óvodás Allergén(ek): zeller,glutén,tojás,</p> <p>Csirkés bulgursaláta o. Allergén(ek): glutén,zeller, (Energ. (Kcal):476.58 Zsír(g):4.07 Tel.zs (g):0.83 Feh. (g):25.43 Széh. (g):74.94 Cukor (g):0.30 Só(g): 0.11)</p>	<p>Csontleves óvodás(sertés) Allergén(ek): zeller,glutén,tojás,</p> <p>rakott karfiol ovi Allergén(ek): tej,zeller, (Energ. (Kcal):516.94 Zsír(g):14.19 Tel.zs (g):4.69 Feh. (g):22.45 Széh. (g):69.34 Cukor (g):1.05 Kálcium (g):0.05 Só(g): 0.18)</p>	<p>Májgaluska leves óvodás Allergén(ek): zeller,tojás,glutén,tojás gluté,</p> <p>sajtos tejfölös spagetti ovi Allergén(ek): glutén,tojás,tej, (Energ. (Kcal):539.37 Zsír(g):20.80 Tel.zs (g):8.67 Feh. (g):23.04 Széh. (g):63.67 Cukor (g):3.52 Kálcium(g):0.20 Só(g): 0.59)</p>	<p>Zöldségerőleves ovi Allergén(ek): zeller,glutén,</p> <p>Paradicsomm.sertéshúsgombóc ov Allergén(ek): glutén,zeller,tojás,</p> <p>telj.kiőr.l.kenyér keszői ebéd Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):446.42 Zsír(g):18.50 Tel.zs(g):1.78 Feh. (g):18.04 Széh. (g):45.89 Cukor(g):1.72 Só(g): 0.52)</p>	<p>Lebbencs leves óvodás Allergén(ek): glutén,tojás,zeller,</p> <p>Töltött csirkecomb ovi. Allergén(ek): glutén,tojás,</p> <p>Sós burgonya óvodás</p> <p>Banán (Energ. (Kcal):498.09 Zsír(g):6.42 Tel.zs (g):1.33 Feh. (g):21.53 Széh. (g):71.97 Só(g):. 0.31)</p>
UZSONNA	<p>Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz,tej,</p> <p>Bona vita gabonagolyó kakaós Allergén(ek): glutén, (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 Kálcium (g):0.24 Só(g): 0.40)</p>	<p>Csirkemellsonka ovi</p> <p>Keszői teljeskiórlésű kenyér t Allergén(ek): glutén,</p> <p>hónapos retek (Energ. (Kcal):152.92 Zsír(g):1.57 Tel.zs (g):0.28 Feh. (g):7.57 Széh. (g):25.62 Cukor (g):0.29 Só(g): 0.99)</p>	<p>Banán</p> <p>Dörmi tejkrémés Allergén(ek): tej,glutén,tojás, (Energ. (Kcal):200.00 Zsír(g):4.60 Tel.zs (g):1.40 Feh. (g):1.74 Széh. (g):36.36 Cukor (g):8.90 Só(g): 0.22)</p>	<p>Medve sajt natur Allergén(ek): tej laktóz,</p> <p>Keszői korpás zsemle Allergén(ek): glutén,</p> <p>zöldpaprika (Energ. (Kcal):150.30 Zsír(g):6.50 Tel.zs(g):0.05 Feh. (g):6.28 Széh. (g):16.03 Cukor(g):1.38 Kálcium (g):0.13 Só(g): 0.33)</p>	<p>kefir tolle 150gr Allergén(ek): tej,</p> <p>Keszői kifli Allergén(ek): glutén,tej, (Energ. (Kcal):220.65 Zsír(g):5.99 Tel.zs (g):0.50 Feh. (g):8.10 Széh. (g):28.95 Cukor (g):5.85 Kálcium (g):0.20 Só(g): 0.66)</p>
ÖSSZESÍTÉS	<p>Energ. (Kcal):956.95 Zsír(g):17.09 Tel.zs (g):6.40 Feh. (g):42.83 Széh. (g):121.08 Cukor (g):1.11 Kálcium (g):0.39</p>	<p>Energ. (Kcal):940.66 Zsír(g):23.68 Tel.zs (g):7.73 Feh. (g):41.93 Széh. (g):131.16 Cukor (g):2.74 Kálcium (g):0.32</p>	<p>Energ. (Kcal):965.99 Zsír (g):30.70 Tel.zs (g):11.91 Feh. (g):31.99 Széh. (g):136.13 Cukor (g):21.90 Kálcium(g):0.20</p>	<p>Energ. (Kcal):962.37 Zsír(g):36.29 Tel.zs(g):4.55 Feh. (g):35.20 Széh. (g):97.92 Cukor(g):3.15 Kálcium (g):0.39</p>	<p>Energ. (Kcal):909.10 Zsír(g):16.07 Tel.zs (g):2.99 Feh. (g):36.20 Széh. (g):132.16 Cukor (g):5.95 Kálcium (g):0.20</p>

br>

Jó étvágyat kívánunk!

Négyzögletű 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.