

ÉTLAP

2026.06.01-2026.06.05, Normál, A

Dátum/Étkezés	2026.06.01, Hétfő	2026.06.02, Kedd	2026.06.03, Szerda	2026.06.04, Csütörtök	2026.06.05, Péntek
EBÉD	<p>Zöldbabgulyás felnőtt Allergén(ek): glutén, tojás, tej,</p> <p>sajtos kifli fn. Allergén(ek): glutén, laktóz, tej, tojás, (Energ. (Kcal): 837.63 Zsír(g): 38.01 Tel. zs (g): 11.36 Feh. (g): 43.62 Széh. (g): 79.02 Cukor (g): 1.16 Kálcium(g): 0.34 Só(g): 0.90)</p>	<p>Magyaros karalábéleves fn. Allergén(ek): glutén, zeller,</p> <p>Tejfölös tökfőzelék fn. Allergén(ek): glutén, zeller, tej,</p> <p>fasírt feln. (sertés) Allergén(ek): glutén, tojás, zeller,</p> <p>Keszői kenyér fehér Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal): 812.21 Zsír(g): 28.44 Tel. zs (g): 6.86 Feh. (g): 35.35 Széh. (g): 97.06 Cukor (g): 1.13 Kálcium (g): 0.06 Só(g): 1.54)</p>	<p>Karfiol leves felnőtt Allergén(ek): glutén, zeller,</p> <p>rizseshús felnőtt Allergén(ek): zeller,</p> <p>almapaprika fn. (Energ. (Kcal): 704.59 Zsír(g): 14.06 Tel. zs (g): 0.72 Feh. (g): 33.86 Széh. (g): 103.52 Só (g): 0.77)</p>	<p>erőleves f Allergén(ek): zeller, glutén,</p> <p>Par. káposztafőzelék felnőtt Allergén(ek): glutén,</p> <p>párolt sertésszelet felnőtt</p> <p>Keszői kenyér fehér Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal): 729.56 Zsír(g): 26.19 Tel. zs (g): 11.25 Feh. (g): 34.45 Széh. (g): 83.56 Só(g): 1.12)</p>	<p>Zöldség leves felnőtt Allergén(ek): zeller, glutén, tojás,</p> <p>vadas szelet 2.fn Allergén(ek): tej, mustár,</p> <p>Tészta köret felnőtt Allergén(ek): glutén, tojás, (Energ. (Kcal): 728.88 Zsír(g): 22.36 Tel. zs (g): 10.37 Feh. (g): 36.29 Széh. (g): 90.33 Cukor (g): 0.63 Kálcium (g): 0.03 Só(g): 0.94)</p>
ÖSSZESÍTÉS	<p>Energ. (Kcal): 837.63 Zsír (g): 38.01 Tel. zs (g): 11.36 Feh. (g): 43.62 Széh. (g): 79.02 Cukor (g): 1.16 Kálcium (g): 0.34</p>	<p>Energ. (Kcal): 812.21 Zsír (g): 28.44 Tel. zs (g): 6.86 Feh. (g): 35.35 Széh. (g): 97.06 Cukor (g): 1.13 Kálcium (g): 0.06</p>	<p>Energ. (Kcal): 704.59 Zsír (g): 14.06 Tel. zs (g): 0.72 Feh. (g): 33.86 Széh. (g): 103.52</p>	<p>Energ. (Kcal): 729.56 Zsír (g): 26.19 Tel. zs (g): 11.25 Feh. (g): 34.45 Széh. (g): 83.56</p>	<p>Energ. (Kcal): 728.88 Zsír (g): 22.36 Tel. zs (g): 10.37 Feh. (g): 36.29 Széh. (g): 90.33 Cukor (g): 0.63 Kálcium (g): 0.03</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

2026.06.01-2026.06.05, Normál, A

Dátum/Étkezés	2026.06.01, Hétfő	2026.06.02, Kedd	2026.06.03, Szerda	2026.06.04, Csütörtök	2026.06.05, Péntek
TÍZÓRAI	<p>saga gyümölcsstea cukorral</p> <p>sertés májkrém</p> <p>Készői teljeskiőrlésű kenyér t</p> <p>Allergén(ek): glutén,</p> <p>zöldpaprika</p> <p>(Energ. (Kcal):194.22 Zsír (g):2.99 Tel.zs(g):0.75 Feh.(g):6.95 Széh.(g):32.76 Cukor(g):0.25 Só(g): 1.01)</p>	<p>Tej óvodás1,5% -os uht 0,2l/fő</p> <p>Allergén(ek): laktóz, tej,</p> <p>Méz óvodás</p> <p>Delma margarin</p> <p>(Energ. (Kcal):160.94 Zsír(g):7.60 Tel.zs (g):2.22 Feh.(g):6.85 Széh.(g):10.65 Cukor (g):0.05 Kálcium(g):0.24 SÓ(g): 0.26)</p>	<p>Verde multivitamin 50%</p> <p>Sajtos párizsi</p> <p>Allergén(ek): tej,</p> <p>Készői teljeskiőrlésű kenyér t</p> <p>Allergén(ek): glutén,</p> <p>paradicsom</p> <p>(Energ. (Kcal):217.22 Zsír (g):4.30 Tel.zs (g):1.46 Feh.(g):7.09 Széh.(g):35.94 Cukor (g):9.48 SÓ(g): 0.86)</p>	<p>Tej óvodás1,5% -os uht 0,2l/fő</p> <p>Allergén(ek): laktóz, tej,</p> <p>mazsolás kuglóf készői</p> <p>Allergén(ek): tej, glutén, tojás, (Energ. (Kcal):287.30 Zsír (g):8.75 Tel.zs(g):2.95 Feh.(g):11.17 Széh.(g):39.30 Cukor(g):5.40 Kálcium(g):0.27 SÓ(g): 0.55)</p>	<p>csipkebogyótea (cukor nélkül)</p> <p>Sárgabarack íz óvodás</p> <p>Teavaj ovi aro</p> <p>Allergén(ek): tej,</p> <p>Készői teljeskiőrlésű kenyér t</p> <p>Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):266.28 Zsír(g):10.52 Tel.zs (g):6.96 Feh.(g):4.15 Széh.(g):37.09 Cukor (g):0.06 SÓ(g): 0.52)</p>
EBÉD	<p>Zöldbabgulyás ovi</p> <p>Allergén(ek): zeller, glutén, tojás,</p> <p>sajtos kifli ovi.</p> <p>Allergén(ek): glutén, laktóz, tej, tojás, (Energ. (Kcal):545.31 Zsír (g):18.08 Tel.zs(g):2.85 Feh.(g):24.68 Széh.(g):71.10 Cukor(g):0.06 Kálcium(g):0.07 SÓ(g): 0.26)</p>	<p>Magyaros karalábéleves ovi.</p> <p>Allergén(ek): glutén, zeller,</p> <p>Tejfölös tökfőzelék ovi.</p> <p>Allergén(ek): glutén, zeller, tej,</p> <p>Halfasírt ovi (cápa harcsa)</p> <p>Allergén(ek): glutén, tojás, tojás gluté,</p> <p>telj.kiőrl.kenyér készői ebéd</p> <p>Allergén(ek): glutén,</p> <p>Banán</p> <p>(Energ. (Kcal):632.32 Zsír(g):26.05 Tel.zs (g):6.43 Feh.(g):22.95 Széh.(g):70.66 Cukor (g):2.60 Kálcium(g):0.05 SÓ(g): 0.93)</p>	<p>Karfiol leves óvodás tejfölös</p> <p>Allergén(ek): glutén, zeller, tej,</p> <p>rizseshús óvodás</p> <p>Allergén(ek): zeller,</p> <p>Alma</p> <p>Cékla voдрös óvodás</p> <p>(Energ. (Kcal):612.54 Zsír (g):18.49 Tel.zs (g):4.19 Feh.(g):21.69 Széh.(g):73.64 Cukor (g):0.75 Kálcium (g):0.04 SÓ(g): 0.61)</p>	<p>erőleves ovi</p> <p>Allergén(ek): zeller, glutén,</p> <p>Par.káposztafőzelék óvodás</p> <p>Allergén(ek): glutén,</p> <p>párolt sertésszelet ovis</p> <p>telj.kiőrl.kenyér készői ebéd</p> <p>Allergén(ek): glutén,</p> <p>Alma</p> <p>(Energ. (Kcal):564.12 Zsír (g):19.93 Tel.zs(g):1.53 Feh.(g):22.39 Széh.(g):54.47 Cukor(g):1.72 SÓ (g): 0.69)</p>	<p>Zöldség leves óvodás</p> <p>Allergén(ek): zeller, glutén, tojás,</p> <p>vadas szelet 2 ovi</p> <p>Allergén(ek): tej, mustár, laktóz,</p> <p>Tészta köret óvodás</p> <p>Allergén(ek): glutén, tojás,</p> <p>Alma</p> <p>(Energ. (Kcal):681.49 Zsír(g):17.29 Tel.zs (g):2.82 Feh.(g):32.02 Széh.(g):95.25 Cukor (g):0.50 Kálcium (g):0.05 SÓ(g): 0.83)</p>
UZSONNA	<p>Túró Rudi aro</p> <p>Allergén(ek): tej,</p> <p>Banán</p> <p>(Energ. (Kcal):162.00 Zsír (g):3.80 Tel.zs(g):2.80 Feh.(g):9.44 Széh.(g):28.56 Cukor(g):8.80 SÓ(g): 0.06)</p>	<p>Zala felvágott Kométa</p> <p>Készői magvas korpás kifli</p> <p>Allergén(ek): glutén,</p> <p>hónapos retek</p> <p>(Energ. (Kcal):122.10 Zsír(g):4.36 Tel.zs (g):1.39 Feh.(g):5.69 Széh.(g):14.23 Cukor (g):1.47 SÓ(g): 0.63)</p>	<p>Natur joghurt</p> <p>Allergén(ek): tej,</p> <p>Készői kifli ovi (uzsi)</p> <p>Allergén(ek): glutén, tej, (Energ. (Kcal):150.58 Zsír (g):5.50 Tel.zs (g):3.45 Feh.(g):6.10 Széh.(g):17.35 Cukor (g):5.80 Kálcium (g):0.19 SÓ(g): 0.26)</p>	<p>Tejszínes krémsajt aro natur</p> <p>Allergén(ek): tej,</p> <p>Készői korpás zsemle</p> <p>Allergén(ek): glutén,</p> <p>zöldpaprika</p> <p>(Energ. (Kcal):129.10 Zsír (g):4.65 Tel.zs(g):3.05 Feh.(g):5.17 Széh.(g):16.00 Cukor(g):0.81 Kálcium(g):0.15 SÓ(g): 0.76)</p>	<p>Tej óvodás1,5% -os uht 0,2l/fő</p> <p>Allergén(ek): laktóz, tej,</p> <p>Készői kifli ovi (uzsi)</p> <p>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>
ÖSSZESÍTÉS	<p>Energ. (Kcal):901.53 Zsír (g):24.87 Tel.zs(g):6.40 Feh.(g):41.07 Széh.(g):132.42 Cukor(g):9.11 Kálcium(g):0.07</p>	<p>Energ. (Kcal):915.36 Zsír(g):38.01 Tel.zs (g):10.04 Feh.(g):35.49 Széh.(g):95.54 Cukor (g):4.12 Kálcium(g):0.29</p>	<p>Energ. (Kcal):980.34 Zsír(g):28.29 Tel.zs(g):9.10 Feh.(g):34.88 Széh.(g):126.93 Cukor (g):16.03 Kálcium (g):0.23</p>	<p>Energ. (Kcal):980.52 Zsír (g):33.33 Tel.zs(g):7.53 Feh.(g):38.73 Széh.(g):109.77 Cukor(g):7.93 Kálcium(g):0.42</p>	<p>Energ. (Kcal):1136.15 Zsír(g):34.01 Tel.zs (g):11.65 Feh.(g):44.77 Széh.(g):154.49 Cukor (g):0.56 Kálcium (g):0.30</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.