

ÉTLAP

2025.09.01-2025.09.05, Normál, A
Felnőttkorú-1

Dátum/Étkezés	2025.09.01, Hétfő	2025.09.02, Kedd	2025.09.03, Szerda	2025.09.04, Csütörtök	2025.09.05, Péntek
EBÉD	csirkeaprólék leves fn. Allergén(ek): zeller, glutén, tojás, 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 Kálciu (g):0.07 Só(g): 0.22)	Magyaros karalábéleves fn. Allergén(ek): glutén, zeller, babfőzelék feln. Allergén(ek): glutén, zeller, Sertéspörkölt felnőtt Allergén(ek): zeller, Keszői kenyér fehér Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):808.95 Zsír(g):17.18 Tel.zs (g):0.98 Feh. (g):47.95 Széh. (g):106.24 Só(g): 1.12)	Májgaluska leves felnőtt Allergén(ek): zeller, tojás, glutén, tojás gluté, Gránátos kocka felnőtt Allergén(ek): tojás, glutén, Csemege uborka felnőtt (Energ. (Kcal):848.58 Zsír(g):13.26 Tel.zs (g):2.33 Feh. (g):35.77 Széh. (g):138.36 Cukor (g):1.52 Só(g): 1.57)	Zöldségerőleves fn. Allergén(ek): zeller, glutén, Par.káposztafőzelék felnőtt Allergén(ek): glutén, párolt sertésszelet felnőtt Keszői kenyér fehér Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):745.02 Zsír (g):24.32 Tel.zs(g):11.04 Feh. (g):35.54 Széh. (g):88.60 Só(g): 1.15)	Gomba leves felnőtt Allergén(ek): glutén, tojás, zeller, Töltött csirkecomb fn Allergén(ek): glutén, tojás, Rizi-bizi felnőtt (Energ. (Kcal):729.18 Zsír(g):12.58 Tel.zs (g):2.93 Feh. (g):36.92 Széh. (g):71.49 Só(g): 0.40)
ÖSSZESÍTÉS	Energ. (Kcal):783.82 Zsír (g):24.84 Tel.zs(g):4.06 Feh. (g):35.06 Széh. (g):90.48 Kálciu (g):0.07	Energ. (Kcal):808.95 Zsír(g):17.18 Tel.zs(g):0.98 Feh. (g):47.95 Széh. (g):106.24	Energ. (Kcal):848.58 Zsír (g):13.26 Tel.zs(g):2.33 Feh. (g):35.77 Széh. (g):138.36 Cukor (g):1.52	Energ. (Kcal):745.02 Zsír (g):24.32 Tel.zs(g):11.04 Feh. (g):35.54 Széh. (g):88.60	Energ. (Kcal):729.18 Zsír(g):12.58 Tel.zs (g):2.93 Feh. (g):36.92 Széh. (g):71.49

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.,sól,tel.zs. zsír gr-ban vanmegadva.

ÉTLAP

2025.09.01-2025.09.05, Normál, A
Óvodáskorú

Dátum/Étkezés	2025.09.01, Hétfő	2025.09.02, Kedd	2025.09.03, Szerda	2025.09.04, Csütörtök	2025.09.05, Péntek
TÍZÓRAI	csipkebogyótea (cukor nélkül) Vajkrém óvodás aro Allergén(ek): tej, Keszői teljeskiőrlésű kenyér t Allergén(ek): glutén, zöldpaprika (Energ.(Kcal):155.22 Zsír(g):2.77 Feh.(g):9.57 Széh.(g):29.62 Só(g): 0.57)	Tej óvodás1,5% -os uht 0,2l/fő Allergén(ek): laktóz,tej, Méz óvodás Delma margarin Keszői kifli Allergén(ek): glutén,tej, (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 Kálcium(g):0.26 Só(g): 0.78)	Sió 50% almalé Tejszínes krémsajt aro natur Allergén(ek): tej, Keszői teljeskiőrlésű kenyér t Allergén(ek): glutén, paradicsom (Energ.(Kcal):273.46 Zsír(g):5.90 Tel.zs(g):3.00 Feh.(g):7.98 Széh.(g):47.77 Cukor(g):20.21 Kálcium(g):0.15 Só(g): 1.02)	Tejeskávé óvodás0,2l/fő Allergén(ek): laktóz,tej, Keszői fonott kalács Allergén(ek): tej,glutén,tojás, (Energ.(Kcal):383.05 Zsír(g):11.25 Tel.zs(g):1.75 Feh.(g):11.60 Széh.(g):41.55 Kálcium(g):0.24 Só(g): 0.58)	saga gyümölcsstea cukorral Medve sajt natur Allergén(ek): tej laktóz, Keszői teljeskiőrlésű kenyér t Allergén(ek): glutén, kígyó uborka (Energ.(Kcal):226.78 Zsír(g):6.68 Feh.(g):7.97 Széh.(g):32.12 Cukor(g):1.38 Kálcium(g):0.13 Só(g): 0.53)
EBÉD	csirkeaprólék leves ovi Allergén(ek): zeller, kakaós kalács ovi Allergén(ek): glutén,laktóz,tej,tojás, (Energ.(Kcal):477.07 Zsír(g):15.63 Tel.zs(g):2.31 Feh.(g):21.47 Széh.(g):60.42 Kálcium(g):0.04 Só(g): 0.08)	Magyaros karalábéleves ovi. Allergén(ek): glutén,zeller, Tejfölös babfőzelék óvodás Allergén(ek): glutén,tej, Sertéspörkölt óvodás telj.kiőrl.kenyér keszői ebéd Allergén(ek): glutén, Alma (Energ.(Kcal):598.26 Zsír(g):20.36 Tel.zs(g):4.25 Feh.(g):30.83 Széh.(g):67.49 Cukor(g):2.47 Kálcium(g):0.04 Só(g): 0.57)	Májgaluska leves óvodás Allergén(ek): zeller,tojás,glutén,tojás gluté, Gránátos kocka óvodás Allergén(ek): tojás,glutén, Banán (Energ.(Kcal):571.39 Zsír(g):9.67 Tel.zs(g):1.56 Feh.(g):21.38 Széh.(g):95.66 Só(g): 0.27)	Zöldségerőleves ovi Allergén(ek): zeller,glutén, Par.káposztafőzelék óvodás Allergén(ek): glutén, párolt sertésszelet ovis telj.kiőrl.kenyér keszői ebéd Allergén(ek): glutén, Alma (Energ.(Kcal):484.66 Zsír(g):15.06 Tel.zs(g):0.96 Feh.(g):23.31 Széh.(g):57.46 Cukor(g):1.72 Só(g): 0.72)	tejfölös gombaleves ovi Allergén(ek): glutén,tej,zeller, Töltött csirkecomb ovi. Allergén(ek): glutén,tojás, Rizi-bizi óvodás Banán (Energ.(Kcal):605.34 Zsír(g):15.40 Tel.zs(g):4.64 Feh.(g):23.21 Széh.(g):67.91 Cukor(g):0.63 Kálcium(g):0.03 Só(g): 0.29)
UZSONNA	Tej óvodás1,5% -os uht 0,2l/fő Allergén(ek): laktóz,tej, Keszői sajtos pogácsa Allergén(ek): tej,glutén, (Energ.(Kcal):315.80 Zsír(g):14.95 Tel.zs(g):6.71 Feh.(g):12.39 Széh.(g):31.25 Cukor(g):0.97 Kálcium(g):0.25 Só(g): 0.83)	Főtt tojás óvodás Allergén(ek): tojás, Keszői korpás zsemle Allergén(ek): glutén, (Energ.(Kcal):107.60 Zsír(g):3.33 Tel.zs(g):1.61 Feh.(g):5.46 Széh.(g):13.30 Só(g): 0.40)	Natur joghurt Allergén(ek): tej, Keszői kifli ovi (uzsi) 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)	Keszői korpás zsemle Allergén(ek): glutén, Körözött óvodás30gr/fő (házi) Allergén(ek): tej, (Energ.(Kcal):129.50 Zsír(g):4.43 Tel.zs(g):2.29 Feh.(g):7.27 Széh.(g):14.64 Cukor(g):0.25 Kálcium(g):0.04 Só(g): 0.33)	Vaniliás krémtúró ovi130gr/fő Allergén(ek): tej, (Energ.(Kcal):106.00 Zsír(g):8.80 Tel.zs(g):2.47 Feh.(g):15.10 Széh.(g):20.60 Kálcium(g):0.05)
ÖSSZESÍTÉS	Energ.(Kcal):948.09 Zsír(g):33.35 Tel.zs(g):9.02 Feh.(g):43.43 Széh.(g):121.29 Cukor(g):0.97 Kálcium(g):0.29	Energ.(Kcal):995.95 Zsír(g):32.48 Tel.zs(g):8.58 Feh.(g):46.74 Széh.(g):114.54 Cukor(g):2.52 Kálcium(g):0.30	Energ.(Kcal):995.43 Zsír(g):21.07 Tel.zs(g):8.01 Feh.(g):35.46 Széh.(g):160.78 Cukor(g):26.01 Kálcium(g):0.34	Energ.(Kcal):997.21 Zsír(g):30.74 Tel.zs(g):5.00 Feh.(g):42.18 Széh.(g):113.65 Cukor(g):1.97 Kálcium(g):0.28	Energ.(Kcal):938.12 Zsír(g):30.88 Tel.zs(g):7.11 Feh.(g):46.28 Széh.(g):120.63 Cukor(g):2.01 Kálcium(g):0.21

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.tel.zs. zsír gr-ban vanmegadva.