

ÉTLAP

2026.09.21-2026.09.25, Normál, A

Dátum/Étkezés	2026.09.21, Hétfő	2026.09.22, Kedd	2026.09.23, Szerda	2026.09.24, Csütörtök	2026.09.25, Péntek
EBÉD	Zöldbabgulyás felnőtt Allergén(ek): glutén, tojás, tej, tepertős pogácsa felnőtt Allergén(ek): glutén, tojás, tej, (Energ. (Kcal): 823.76 Zsír(g): 29.04 Tel. zs (g): 7.00 Feh. (g): 32.36 Széh. (g): 68.57 Cukor (g): 1.43 Kálcium (g): 0.07 Só(g): 0.31)	Zöldségerőleves fn. Allergén(ek): zeller, glutén, Tejfölös tökfőzelék fn. Allergén(ek): glutén, zeller, tej, fasírt feln. (sertés) Allergén(ek): glutén, tojás, zeller, Keszői kenyér fehér Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal): 813.86 Zsír(g): 28.43 Tel. zs (g): 6.86 Feh. (g): 34.88 Széh. (g): 96.42 Cukor (g): 1.13 Kálcium (g): 0.06 Só(g): 1.53)	tejfölös gombaleves felnőtt Allergén(ek): zeller, glutén, tej, Hentes tokány felnőtt Tarhonya felnőtt Allergén(ek): glutén, tojás, (Energ. (Kcal): 735.46 Zsír(g): 26.69 Tel. zs (g): 6.40 Feh. (g): 38.35 Széh. (g): 68.03 Cukor (g): 2.32 Kálcium (g): 0.04 Só(g): 0.95)	Tojás leves felnőtt Allergén(ek): glutén, tojás, paprikás krumpli feln. Allergén(ek): zeller, Keszői kenyér fehér Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal): 779.85 Zsír(g): 34.42 Tel. zs (g): 12.94 Feh. (g): 28.14 Széh. (g): 85.44 Só(g): 1.85)	kelbimbó leves feln. Allergén(ek): zeller, glutén, rizseshús felnőtt Allergén(ek): zeller, Cékla vödrös felnőtt (Energ. (Kcal): 735.53 Zsír(g): 11.06 Tel. zs (g): 0.52 Feh. (g): 31.64 Széh. (g): 99.88 Só(g): 1.05)
ÖSSZESÍTÉS	Energ. (Kcal): 823.76 Zsír(g): 29.04 Tel. zs (g): 7.00 Feh. (g): 32.36 Széh. (g): 68.57 Cukor (g): 1.43 Kálcium (g): 0.07	Energ. (Kcal): 813.86 Zsír(g): 28.43 Tel. zs (g): 6.86 Feh. (g): 34.88 Széh. (g): 96.42 Cukor (g): 1.13 Kálcium (g): 0.06	Energ. (Kcal): 735.46 Zsír(g): 26.69 Tel. zs (g): 6.40 Feh. (g): 38.35 Széh. (g): 68.03 Cukor (g): 2.32 Kálcium (g): 0.04	Energ. (Kcal): 779.85 Zsír(g): 34.42 Tel. zs (g): 12.94 Feh. (g): 28.14 Széh. (g): 85.44	Energ. (Kcal): 735.53 Zsír(g): 11.06 Tel. zs (g): 0.52 Feh. (g): 31.64 Széh. (g): 99.88

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

2026.09.21-2026.09.25, Normál, A

Dátum/Étkezés	2026.09.21, Hétfő	2026.09.22, Kedd	2026.09.23, Szerda	2026.09.24, Csütörtök	2026.09.25, Péntek
TÍZÓRAI	saga gyümölcstea cukorral Medve sajt natur Allergén(ek): tej laktóz, Keszői teljeskiőrlésű kenyér t Allergén(ek): glutén, zöldpaprika (Energ.(Kcal):230.02 Zsír(g):6.76 Feh.(g):8.05 Széh.(g):32.64 Cukor(g):1.38 Kálcium(g):0.13 Só(g): 0.52)	Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz,tej, Keszői sajtos kifli Allergén(ek): tej,glutén, (Energ.(Kcal):271.30 Zsír(g):7.92 Tel.zs(g):1.62 Feh.(g):11.91 Széh.(g):36.20 Kálcium(g):0.25 Só(g): 0.35)	Verde multivitamin 50% Zala felvágott Kométa Keszői teljeskiőrlésű kenyér t Allergén(ek): glutén, paradicsom (Energ.(Kcal):212.02 Zsír(g):3.70 Tel.zs(g):1.08 Feh.(g):7.29 Széh.(g):35.84 Cukor(g):9.52 Só(g): 0.86)	Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz,tej, Keszői briós Allergén(ek): tej,glutén,tojás, (Energ.(Kcal):286.80 Zsír(g):8.31 Tel.zs(g):2.76 Feh.(g):10.63 Széh.(g):40.60 Kálcium(g):0.25 Só(g): 0.35)	saga gyümölcstea cukorral Trappista sajt10gr/fő Allergén(ek): tej, Keszői teljeskiőrlésű kenyér t Allergén(ek): glutén, Delma margarin (Energ.(Kcal):260.63 Zsír(g):9.52 Tel.zs(g):5.97 Feh.(g):11.88 Széh.(g):30.59 Cukor(g):0.53 Kálcium(g):0.24 Só(g): 1.08)
EBÉD	Zöldbabgulyás ovi Allergén(ek): zeller, glutén, tojás, tepertős pogácsa óvodás Allergén(ek): glutén, tojás, tej, laktóz, Banán (Energ.(Kcal):557.04 Zsír(g):13.30 Tel.zs(g):1.97 Feh.(g):18.08 Széh.(g):58.00 Cukor(g):0.36 Kálcium(g):0.03 Só(g): 0.21)	Zöldségerőleves ovi Allergén(ek): zeller, glutén, Tejfölös tökfőzelék ovi. Allergén(ek): glutén, zeller, tej, Halfasírt ovi (cápa harcsa) Allergén(ek): glutén, tojás, tojás glutén, telj.kiőrl.kenyér keszői ebéd Allergén(ek): glutén, (Energ.(Kcal):597.15 Zsír(g):30.08 Tel.zs(g):6.89 Feh.(g):22.18 Széh.(g):52.86 Cukor(g):2.60 Kálcium(g):0.05 Só(g): 0.88)	tejfölös gombaleves ovi Allergén(ek): glutén, tej, zeller, Hentes tokány óvodás Tarhonya óvodás Allergén(ek): glutén, tojás, Alma (Energ.(Kcal):565.62 Zsír(g):22.68 Tel.zs(g):5.32 Feh.(g):22.08 Széh.(g):52.49 Cukor(g):1.57 Kálcium(g):0.03 Só(g): 0.54)	Tojás leves óvodás Allergén(ek): glutén, tojás, paprikás krumpli ovi Allergén(ek): zeller, telj.kiőrl.kenyér keszői ebéd Allergén(ek): glutén, Banán (Energ.(Kcal):505.95 Zsír(g):18.57 Tel.zs(g):5.71 Feh.(g):17.06 Széh.(g):63.79 Cukor(g):1.72 Só(g): 0.92)	kígyó uborka kelbimbó leves ovi Allergén(ek): zeller, glutén, tej, rizsszerű óvodás Allergén(ek): zeller, Cékla vödörös felnőtt (Energ.(Kcal):582.64 Zsír(g):13.44 Tel.zs(g):2.77 Feh.(g):22.49 Széh.(g):69.83 Cukor(g):0.50 Kálcium(g):0.03 Só(g): 0.97)
ÜZSONNA	tejszelet Kinder Allergén(ek): tej, glutén, tojás, (Energ.(Kcal):116.00 Zsír(g):4.64 Feh.(g):2.20 Széh.(g):9.50 Cukor(g):8.30 Só(g): 0.17)	Keszői korpás kifli Allergén(ek): glutén, zöldpaprika (Energ.(Kcal):89.55 Zsír(g):1.64 Tel.zs(g):0.53 Feh.(g):5.33 Széh.(g):12.71 Cukor(g):0.29 Só(g): 0.72)	Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz,tej, 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)	Hamé tonhalkrém Allergén(ek): hal, szőja, tej, tojás, Keszői korpás zsemle Allergén(ek): glutén, (Energ.(Kcal):130.50 Zsír(g):6.93 Tel.zs(g):0.65 Feh.(g):3.28 Széh.(g):13.55 Só(g): 0.51)	Vaniliás krémtúró ovi90/fő Milli Allergén(ek): tej, Banán (Energ.(Kcal):190.00 Zsír(g):8.80 Tel.zs(g):2.47 Feh.(g):16.14 Széh.(g):39.96 Kálcium(g):0.05 Só(g): 0.04)
ÖSSZEITÉS	Energ.(Kcal):903.06 Zsír(g):24.70 Tel.zs(g):1.97 Feh.(g):28.33 Széh.(g):100.14 Cukor(g):10.04 Kálcium(g):0.16	Energ.(Kcal):958.00 Zsír(g):39.64 Tel.zs(g):9.04 Feh.(g):39.42 Széh.(g):101.77 Cukor(g):2.89 Kálcium(g):0.30	Energ.(Kcal):966.02 Zsír(g):32.58 Tel.zs(g):8.27 Feh.(g):37.97 Széh.(g):110.48 Cukor(g):11.09 Kálcium(g):0.28	Energ.(Kcal):923.25 Zsír(g):33.81 Tel.zs(g):9.12 Feh.(g):30.97 Széh.(g):117.94 Cukor(g):1.72 Kálcium(g):0.25	Energ.(Kcal):1033.27 Zsír(g):31.76 Tel.zs(g):11.21 Feh.(g):50.51 Széh.(g):140.38 Cukor(g):1.03 Kálcium(g):0.32

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.,sól.tel.zs. zsír gr-ban van megadva.