

ÉTLAP

2025.10.13-2025.10.17, Normál, A
Felnőttkorú-1

Dátum/Étkezés	2025.10.13, Hétfő	2025.10.14, Kedd	2025.10.15, Szerda	2025.10.16, Csütörtök	2025.10.17, Péntek
EBÉD	vegyeszöldségleves feln. Allergén(ek): zeller, glutén, tojás, Budapest tokány felnőtt(sertés) Bulgur fn. Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal): 735.22 Zsír(g):18.55 Tel.zs (g):2.79 Feh.(g):43.76 Széh.(g):99.43 Cukor (g):0.51 Só(g): 1.11)	rántott leves feln. Allergén(ek): glutén, zeller, Tejfölös tökfőzelék fn. Allergén(ek): glutén, zeller, tej, fasírt feln. (sertés) Allergén(ek): glutén, tojás, zeller, Keszői kenyér fehér Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):816.36 Zsír(g):30.37 Tel.zs (g):7.08 Feh.(g):34.21 Széh.(g):93.96 Cukor (g):1.13 Kálcium (g):0.06 Só(g): 1.52)	Daragaluska leves felnőtt Allergén(ek): zeller, tojás, glutén, Gombapaprikás felnőtt Allergén(ek): zeller, tej, glutén, Tészta köret felnőtt Allergén(ek): glutén, tojás, (Energ. (Kcal):733.75 Zsír(g):16.59 Tel.zs (g):5.16 Feh.(g):31.51 Széh.(g):107.57 Cukor (g):0.75 Kálcium (g):0.04 Só(g): 0.86)	Csontleves Felnőtt (sertés) Allergén(ek): glutén, tojás, zeller, Gyümölcs mártás felnőtt Allergén(ek): glutén, tej, Sült csirke felnőtt Pírtottdara felnőtt Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):833.87 Zsír(g):26.18 Tel.zs (g):6.83 Feh.(g):44.12 Széh.(g):97.89 Cukor (g):0.75 Kálcium (g):0.04 Só(g): 0.16)	Paradicsom leves felnőtt Allergén(ek): glutén, zeller, Rántott hal felnőtt Allergén(ek): glutén, tojás, glutén, tojás, Rizi-bizi felnőtt (Energ. (Kcal):806.35 Zsír(g):24.32 Tel.zs(g):4.43 Feh.(g):32.20 Széh. (g):111.16 Só (g): 0.58)
ÖSSZESÍTÉS	Energ. (Kcal):735.22 Zsír(g):18.55 Tel.zs (g):2.79 Feh.(g):43.76 Széh.(g):99.43 Cukor (g):0.51	Energ. (Kcal):816.36 Zsír(g):30.37 Tel.zs (g):7.08 Feh.(g):34.21 Széh.(g):93.96 Cukor (g):1.13 Kálcium (g):0.06	Energ. (Kcal):733.75 Zsír(g):16.59 Tel.zs (g):5.16 Feh.(g):31.51 Széh.(g):107.57 Cukor (g):0.75 Kálcium (g):0.04	Energ. (Kcal):833.87 Zsír(g):26.18 Tel.zs (g):6.83 Feh.(g):44.12 Széh.(g):97.89 Cukor (g):0.75 Kálcium (g):0.04	Energ. (Kcal):806.35 Zsír(g):24.32 Tel.zs(g):4.43 Feh.(g):32.20 Széh. (g):111.16

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

ÉTLAP

2025.10.13-2025.10.17, Normál, A
Óvodáskorú

Dátum/Étkezés	2025.10.13, Hétfő	2025.10.14, Kedd	2025.10.15, Szerda	2025.10.16, Csütörtök	2025.10.17, Péntek
TÍZÓRAI	saga gyümölcstea cukorral Tejszínes krémsajt aro natur Allergén(ek): tej, Keszői teljeskiőrlésű kenyér t Allergén(ek): glutén, zöldpaprika (Energ.(Kcal):212.82 Zsír(g):4.97 Tel.zs(g):3.00 Feh.(g):7.18 Széh.(g):33.21 Cukor(g):0.81 Kálcium(g):0.15 Só(g):1.00)	Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz,tej, pizzás kifli keszői Allergén(ek): tej,glutén, (Energ.(Kcal):253.80 Zsír(g):7.56 Tel.zs(g):1.62 Feh.(g):11.21 Széh.(g):33.45 Cukor(g):1.62 Kálcium(g):0.24 Só(g): 0.78)	Sió 50% almalé Sajtos párizsi Allergén(ek): tej, Keszői teljeskiőrlésű kenyér t Allergén(ek): glutén, paradicsom (Energ.(Kcal):262.66 Zsír(g):5.30 Tel.zs(g):1.46 Feh.(g):7.77 Széh.(g):46.52 Cukor(g):19.40 Só(g): 0.87)	Tejeskávé óvodás0,21/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)	csipkebogyótea (cukor nélkül) Kométa soproni felvágott Keszői teljeskiőrlésű kenyér t Allergén(ek): glutén, kígyó uborka (Energ.(Kcal):181.58 Zsír(g):5.26 Tel.zs(g):1.84 Feh.(g):6.89 Széh.(g):25.36 Só(g):0.85)
EBÉD	vegyeszöldségleves ovi Allergén(ek): zeller,glutén,tojás, Budapest tokány óvodás(sertés) Bulgur ovi Allergén(ek): glutén, Banán (Energ.(Kcal):502.32 Zsír(g):11.09 Tel.zs(g):1.13 Feh.(g):24.64 Széh.(g):76.42 Cukor(g):0.32 Só(g): 0.12)	rántott leves ovi Allergén(ek): glutén,zeller,tojás, Tejfölös tökfőzelék ovi. Allergén(ek): glutén,zeller,tej, fasírt ovi(sertés) Allergén(ek): glutén,tojás,zeller, telj.kiőrl.kenyér keszői ebéd Allergén(ek): glutén, Banán (Energ.(Kcal):573.63 Zsír(g):18.48 Tel.zs(g):4.75 Feh.(g):22.90 Széh.(g):62.89 Cukor(g):2.60 Kálcium(g):0.05 Só(g): 0.70)	Daragaluska leves óvodás Allergén(ek): tojás,glutén,zeller, Gombapaprikás óvodás Allergén(ek): zeller,tej,glutén, Tészta köret óvodás Allergén(ek): glutén,tojás, Alma (Energ.(Kcal):612.51 Zsír(g):12.64 Tel.zs(g):3.51 Feh.(g):24.39 Széh.(g):96.58 Cukor(g):0.63 Kálcium(g):0.03 Só(g): 0.70)	Csontleves óvodás(sertés) Allergén(ek): zeller,glutén,tojás, Gyümölcsmártás óvodás Allergén(ek): glutén,tej, Sült csirke óvodás Pirított dara óvodás Allergén(ek): glutén, (Energ.(Kcal):502.79 Zsír(g):16.98 Tel.zs(g):3.97 Feh.(g):27.72 Széh.(g):54.90 Cukor(g):0.38 Kálcium(g):0.02 Só(g): 0.11)	Paradicsom leves óvodás Allergén(ek): glutén,zeller, Rántott hal óvodás Allergén(ek): glutén,tojás,glutén,tojás, Rizi-bizi óvodás Banán (Energ.(Kcal):649.80 Zsír(g):23.29 Tel.zs(g):3.58 Feh.(g):23.58 Széh.(g):83.27 Só(g):0.26)
UTZSONNA	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)	Delma margarin Keszői korpás zsemle Allergén(ek): glutén, zöldpaprika (Energ.(Kcal):94.20 Zsír(g):2.48 Tel.zs(g):0.65 Feh.(g):2.73 Széh.(g):14.70 Cukor(g):0.05 Só(g): 0.39)	kefir tolle 150gr Allergén(ek): tej, Keszői kifli ovi (uzsi) Allergén(ek): glutén,tej, (Energ.(Kcal):156.08 Zsír(g):5.40 Tel.zs(g):0.25 Feh.(g):6.30 Széh.(g):17.40 Cukor(g):5.85 Kálcium(g):0.19 Só(g): 0.41)	Keszői teljeskiőrlésű kenyér t Allergén(ek): glutén, Főtt tojás óvodás Allergén(ek): tojás, Alma (Energ.(Kcal):201.12 Zsír(g):3.76 Tel.zs(g):1.56 Feh.(g):7.56 Széh.(g):32.25 Só(g):0.60)	Danette puding (csokis) Allergén(ek): tej, (Energ.(Kcal):135.00 Zsír(g):3.80 Tel.zs(g):2.60 Feh.(g):3.80 Széh.(g):21.40 Cukor(g):18.10 Kálcium(g):0.07 Só(g):0.18)
ÖSSZESÍTÉS	Energ.(Kcal):903.52 Zsír(g):22.26 Tel.zs(g):6.00 Feh.(g):40.42 Széh.(g):131.78 Cukor(g):1.13 Kálcium(g):0.40	Energ.(Kcal):921.63 Zsír(g):28.52 Tel.zs(g):7.02 Feh.(g):36.84 Széh.(g):111.04 Cukor(g):4.27 Kálcium(g):0.29	Energ.(Kcal):1031.25 Zsír(g):23.34 Tel.zs(g):5.22 Feh.(g):38.46 Széh.(g):160.50 Cukor(g):25.88 Kálcium(g):0.22	Energ.(Kcal):1086.96 Zsír(g):31.99 Tel.zs(g):7.28 Feh.(g):46.88 Széh.(g):128.70 Cukor(g):0.38 Kálcium(g):0.26	Energ.(Kcal):966.38 Zsír(g):32.35 Tel.zs(g):8.02 Feh.(g):34.27 Széh.(g):130.03 Cukor(g):18.10 Kálcium(g):0.07

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,el.zs. zsír gr-ban vanmegadva.