

ÉTLAP

2025.12.01-2025.12.05, Normál, A

Dátum/Étkezés	2025.12.01, Hétfő	2025.12.02, Kedd	2025.12.03, Szerda	2025.12.04, Csütörtök	2025.12.05, Péntek
EBÉD	Zöldbabgulyás felnőtt Allergén(ek): glutén, tojás, tej, Mákos metélt felnőtt Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):827.43 Zsír(g):25.21 Tel.zs(g):4.84 Feh.(g):38.53 Széh.(g):108.21 Cukor(g):0.68 Kálcium(g):0.03 Sós(g): 0.26)	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):786.02 Zsír(g):25.43 Tel.zs(g):6.51 Feh.(g):34.88 Széh.(g):96.42 Cukor(g):1.13 Kálcium(g):0.06 Sós(g):1.53)	Frankfurti lev.fn (sertésvirsli) Allergén(ek): glutén, tej, szója, sóskifli feln. Allergén(ek): glutén, laktóz, tojás, (Energ. (Kcal):793.00 Zsír(g):33.76 Tel.zs(g):11.30 Feh.(g):28.65 Széh.(g):73.13 Cukor(g):0.63 Kálcium(g):0.49 Sós(g):1.41)	Daragaluska leves felnőtt Allergén(ek): zeller, tojás, glutén, Sárgaborsófőzelék felnőtt Allergén(ek): glutén, zeller, Sertésaprópecsenye fn. Allergén(ek): zeller, Keszői kenyér fehér Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):818.43 Zsír(g):20.07 Tel.zs(g):2.44 Feh.(g):46.01 Széh.(g):106.18 Sós(g):0.94)	Paradicsom leves felnőtt Allergén(ek): glutén, zeller, Sertésszelet Dubary feln. Allergén(ek): laktóz, tej, glutén, Párolt rizs felnőtt Allergén(ek): zeller, Télapó 25gr Allergén(ek): tej, (Energ. (Kcal):878.32 Zsír(g):30.25 Tel.zs(g):11.22 Feh.(g):35.51 Széh.(g):115.43 Cukor(g):0.24 Kálcium(g):0.13 Sós(g):0.50)
ÖSSZESÍTÉS	Energ. (Kcal):827.43 Zsír(g):25.21 Tel.zs(g):4.84 Feh.(g):38.53 Széh.(g):108.21 Cukor(g):0.68 Kálcium(g):0.03	Energ. (Kcal):786.02 Zsír(g):25.43 Tel.zs(g):6.51 Feh.(g):34.88 Széh.(g):96.42 Cukor(g):1.13 Kálcium(g):0.06	Energ. (Kcal):793.00 Zsír(g):33.76 Tel.zs(g):11.30 Feh.(g):28.65 Széh.(g):73.13 Cukor(g):0.63 Kálcium(g):0.49	Energ. (Kcal):818.43 Zsír(g):20.07 Tel.zs(g):2.44 Feh.(g):46.01 Széh.(g):106.18	Energ. (Kcal):878.32 Zsír(g):30.25 Tel.zs(g):11.22 Feh.(g):35.51 Széh.(g):115.43 Cukor(g):0.24 Kálcium(g):0.13

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 vanmegadva.

ÉTLAP

2025.12.01-2025.12.05, Normál, A
Óvodáskorú

Dátum/étkezés	2025.12.01, Hétfő	2025.12.02, Kedd	2025.12.03, Szerda	2025.12.04, Csütörtök	2025.12.05, Péntek
TÍZÓRAI	saga gyümölcs tea cukorral Trappista sajt 10gr/fő Allergén(ek): tej, Keszői teljeskiőrlésű kenyér t Allergén(ek): glutén, zöldpaprika (Energ. (Kcal)): 252.93 Zsír(g): 7.67 Tel. zs (g): 5.37 Feh. (g): 12.43 Szé. (g): 32.04 Cukor (g): 0.48 Kálcium (g): 0.24 Sód(g): 1.03	Tej óvodási, 5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz, tej, Sajtos perec Allergén(ek): tej, glutén, tojás, (Energ. (Kcal)): 264.30 Zsír(g): 10.16 Tel. zs (g): 3.62 Feh. (g): 11.50 Szé. (g): 35.16 Cukor (g): 3.69 Kálcium(g): 0.24 Sód(g): 0.81	Sió Natura 50% őszibaracklé Teavaj ovi aro Allergén(ek): tej, Zala felvágott Kométa Keszői teljeskiőrlésű kenyér t Allergén(ek): glutén, paradicsom (Energ. (Kcal)): 326.74 Zsír(g): 13.54 Tel. zs (g): 8.04 Feh. (g): 7.07 Szé. (g): 41.09 Cukor (g): 15.10 Sód(g): 0.88	Tej óvodási, 5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz, tej, sajtos rúd óvodás Allergén(ek): tej, glutén, (Energ. (Kcal)): 270.80 Zsír(g): 7.32 Tel. zs(g): 2.76 Feh. (g): 11.91 Szé. (g): 36.20 Cukor(g): 1.40 Kálcium(g): 0.27 Sód(g): 0.77	csipkebogyó tea (cukor nélkül) tavaszi felvágott ovi Allergén(ek): laktóz zel, Keszői teljeskiőrlésű kenyér t Allergén(ek): glutén, kigyó uborka (Energ. (Kcal)): 165.76 Zsír(g): 3.66 Tel. zs (g): 1.16 Feh. (g): 6.57 Szé. (g): 25.30 Cukor (g): 0.10 Sód(g): 0.92
EBÉD	Zöldbabgulyás ovi Allergén(ek): zeller, glutén, tojás, Mákos metélt óvodás Allergén(ek): glutén, Banán (Energ. (Kcal)): 504.39 Zsír(g): 11.85 Tel. zs (g): 2.02 Feh. (g): 21.35 Szé. (g): 75.06 Cukor (g): 0.06 Sód(g): 0.19	Zöldségerőleves ovi Allergén(ek): zeller, glutén, Tejfölös tökfőzelék ovi. Allergén(ek): glutén, zeller, tej, fasírt ovi (sertés) Allergén(ek): glutén, tojás, zeller, telj. kiőrl. kenyér keszői ebéd Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal)): 470.05 Zsír(g): 19.50 Tel. zs (g): 4.84 Feh. (g): 22.47 Szé. (g): 45.39 Cukor (g): 2.60 Kálcium(g): 0.05 Sód(g): 0.70	Frankfurtiléves o (sertés virsli) Allergén(ek): glutén, tej, szója, sós kifli ovi Allergén(ek): glutén, laktóz, tojás, Alma (Energ. (Kcal)): 579.87 Zsír(g): 21.97 Tel. zs (g): 7.34 Feh. (g): 17.83 Szé. (g): 64.16 Cukor (g): 0.75 Kálcium (g): 0.38 Sód(g): 0.63	Daragaluska leves óvodás Allergén(ek): tojás, glutén, zeller, Sárgaborsófőzelék ó. (tejf) Allergén(ek): glutén, zeller, tej, Sertésaprópecsenye ovi. telj. kiőrl. kenyér keszői ebéd Allergén(ek): glutén, Alma (Energ. (Kcal)): 524.63 Zsír(g): 14.28 Tel. zs(g): 3.42 Feh. (g): 30.20 Szé. (g): 64.10 Cukor(g): 2.35 Kálcium(g): 0.03 Sód(g): 0.55	Paradicsom leves óvodás Allergén(ek): glutén, zeller, Sertésszelet Dubary óvodás Allergén(ek): laktóz, tej, glutén, Fárolt rizs óvodás Allergén(ek): zeller, Moments ostya kakaós ovi Allergén(ek): tej, tojás, (Energ. (Kcal)): 725.77 Zsír(g): 30.93 Tel. zs (g): 3.19 Feh. (g): 28.79 Szé. (g): 79.28 Cukor (g): 16.36 Kálcium (g): 0.10 Sód(g): 0.47
ÜZSONNA	Tej óvodási, 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 Szé. (g): 22.15 Kálcium (g): 0.25 Sód(g): 0.46	Hamé tonhalkrém Allergén(ek): hal, szója, tej, tojás, Keszői korpás kifli Allergén(ek): glutén, Alma (Energ. (Kcal)): 160.15 Zsír(g): 7.36 Tel. zs (g): 0.85 Feh. (g): 3.26 Szé. (g): 19.49 Sód(g): 0.48	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 Szé. (g): 17.35 Cukor (g): 5.80 Kálcium (g): 0.19 Sód(g): 0.26	Kométa soproni felvágott Keszői korpás zsemle Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal)): 119.70 Zsír(g): 4.93 Tel. zs(g): 1.89 Feh. (g): 4.60 Szé. (g): 13.71 Sód(g): 0.64	Tej óvodási, 5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz, tej, Keszői kifli ovi (uzsi) Allergén(ek): glutén, tej, Delma margarin (Energ. (Kcal)): 206.08 Zsír(g): 8.20 Tel. zs (g): 2.47 Feh. (g): 8.65 Szé. (g): 22.20 Cukor (g): 0.05 Kálcium (g): 0.25 Sód(g): 0.53
ÖSSZESÍTÉS	Energ. (Kcal): 945.70 Zsír(g): 25.72 Tel. zs (g): 9.26 Feh. (g): 42.38 Szé. (g): 129.25 Cukor (g): 0.54 Kálcium (g): 0.49	Energ. (Kcal): 914.50 Zsír(g): 37.02 Tel. zs(g): 9.31 Feh. (g): 37.23 Szé. (g): 100.04 Cukor(g): 6.29 Kálcium(g): 0.29	Energ. (Kcal): 1057.19 Zsír(g): 41.01 Tel. zs (g): 18.83 Feh. (g): 31.00 Szé. (g): 122.60 Cukor (g): 21.65 Kálcium (g): 0.57	Energ. (Kcal): 915.13 Zsír(g): 27.13 Tel. zs(g): 8.07 Feh. (g): 46.71 Szé. (g): 114.01 Cukor(g): 3.75 Kálcium(g): 0.30	Energ. (Kcal): 1097.61 Zsír(g): 42.79 Tel. zs (g): 6.82 Feh. (g): 44.01 Szé. (g): 126.78 Cukor (g): 16.51 Kálcium (g): 0.35

br>

Jó étvágyat kívánunk!

Négyszögletű Kerekdő Óvoda Kemeneshőgyész Ady u. 12. Az étlapot készítette: Nigovicz Annamária, Kovácsné Klein Csilla Az energia Kcal-ban, a szh., feh., sód, tel. zs. zsír gr-ban van megadva.