

ÉTLAP

2025.01.06-2025.01.10, Normál, A
Óvodáskorú

Dátum/Étkezés	2025.01.06, Hétfő	2025.01.07, Kedd	2025.01.08, Szerda	2025.01.09, Csütörtök	2025.01.10, Péntek
TÍZÓRAI	<p>saga gyümölcsstea cukorral</p> <p>Lapka sajt (hajdú)</p> <p>Keszői teljeskiórlésű kenyér t Allergén(ek): glutén,</p> <p>zöldpaprika (Energ. (Kcal):234.27 Zsír (g):6.47 Tel.zs (g):3.60 Feh. (g):7.87 Széh. (g):34.37 Só (g):1.27)</p>	<p>Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz,</p> <p>Delma margarin</p> <p>Keszői kifli Allergén(ek): glutén, (Energ.(Kcal):270.65 Zsír(g):8.79 Tel.zs (g):2.72 Feh.(g):10.45 Széh.(g):33.75 Cukor (g):0.05 Só(g):0.78)</p>	<p>Sió 50% almalé</p> <p>Trappista sajt10gr/fő Allergén(ek): tej,</p> <p>Keszői teljeskiórlésű kenyér t Allergén(ek): glutén,</p> <p>paradicsom (Energ.(Kcal):313.57 Zsír (g):8.60 Tel.zs(g):5.37 Feh.(g):13.23 Széh. (g):46.60 Cukor(g):19.88 Só(g):1.08)</p>	<p>Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz,</p> <p>Keszői fonott kalács Allergén(ek): tojás glut, (Energ.(Kcal):288.05 Zsír(g):8.75 Tel.zs (g):1.75 Feh.(g):11.17 Széh.(g):39.30 Só (g):0.55)</p>	<p>saga gyümölcsstea cukorral</p> <p>Vajkrém óvodás aro Allergén(ek): tej,</p> <p>Keszői teljeskiórlésű kenyér t Allergén(ek): glutén,</p> <p>kígyó uborka (Energ. (Kcal):180.73 Zsír (g):2.66 Feh. (g):9.37 Széh. (g):36.23 Só (g):0.57)</p>
EBÉD	<p>Sertésragu leves óvodás Allergén(ek): zeller,tojás glut,</p> <p>Mákos metélt óvodás Allergén(ek): glutén,</p> <p>Alma (Energ. (Kcal):559.95 Zsír (g):11.70 Tel.zs (g):2.04 Feh. (g):21.71 Széh. (g):71.63 Só (g):0.03)</p>	<p>rántott leves ovi Allergén(ek): glutén,zeller,tojás glut,</p> <p>Zöldborsó főzelék óvodás Allergén(ek): glutén,tej,zeller,</p> <p>Csirkepörkölt óvodás</p> <p>telj.kiőrl.kenyér keszői ebéd Allergén(ek): glutén, (Energ.(Kcal):590.72 Zsír(g):21.35 Tel.zs (g):5.44 Feh.(g):33.14 Széh.(g):48.95 Cukor (g):2.47 Só(g):0.85)</p>	<p>babgulyás ovi Allergén(ek): zeller,</p> <p>zsiros pogácsa ovi Allergén(ek): glutén,tej,tojás,laktóz,</p> <p>Alma (Energ.(Kcal):455.12 Zsír (g):12.27 Tel.zs(g):4.03 Feh.(g):19.48 Széh. (g):63.52 Cukor(g):0.38 Só(g):0.06)</p>	<p>Zöldségerőleves ovi Allergén(ek): zeller,glutén,</p> <p>Paradicsom mártás óvodás Allergén(ek): glutén,zeller,tojás,</p> <p>párolt sertésszelet ovis</p> <p>Sós burgonya óvodás</p> <p>telj.kiőrl.kenyér keszői ebéd Allergén(ek): glutén, (Energ.(Kcal):571.49 Zsír(g):12.99 Tel.zs (g):0.72 Feh.(g):25.45 Széh.(g):80.27 Cukor (g):1.72 Só(g):0.66)</p>	<p>Meggyleves ovi tejfölös Allergén(ek): tej,</p> <p>Óvári csirkemell ovi Allergén(ek): tej,</p> <p>Párolt rizs óvodás Allergén(ek): zeller,</p> <p>Alma (Energ. (Kcal):601.07 Zsír (g):14.30 Tel.zs (g):7.03 Feh. (g):26.58 Széh. (g):78.79 Cukor (g):1.08 Só (g):0.64)</p>
ÜZSONNA	<p>Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz,</p> <p>Keszői korpás kifli Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):183.55 Zsír (g):6.22 Tel.zs (g):1.87 Feh. (g):8.65 Széh. (g):21.71 Só (g):0.48)</p>	<p>Túró Rudi aro Allergén(ek): tej,</p> <p>Banán (Energ.(Kcal):156.75 Zsír(g):3.80 Tel.zs (g):2.80 Feh.(g):9.38 Széh.(g):27.35 Cukor (g):8.80 Só(g):0.06)</p>	<p>Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz,</p> <p>Dörmi tejkrémes Allergén(ek): tojás tej, (Energ.(Kcal):239.80 Zsír (g):10.20 Tel.zs(g):3.02 Feh.(g):7.50 Széh. (g):27.60 Cukor(g):8.90 Só(g):0.38)</p>	<p>Körözött óvodás30gr/fő (házi) Allergén(ek): tej,</p> <p>Keszői kifli Allergén(ek): glutén,</p> <p>zöldpaprika (Energ.(Kcal):203.32 Zsír(g):5.44 Tel.zs (g):2.74 Feh.(g):9.32 Széh.(g):25.97 Cukor (g):0.25 Só(g):0.54)</p>	<p>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 Só (g):0.18)</p>

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.,só,tel.zs. zsír gr-ban van megadva.

ÉTLAP

2025.01.06-2025.01.10, Normál, A
Felnőttkorú-1

Dátum/Étkezés	2025.01.06, Hétfő	2025.01.07, Kedd	2025.01.08, Szerda	2025.01.09, Csütörtök	2025.01.10, Péntek
EBÉD	<p>Sertésragu leves felnőtt Allergén(ek): zeller, tojás glut,</p> <p>Mákos metélt felnőtt Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):730.07 Zsír(g):14.47 Tel.zs(g):2.01 Feh.(g):33.85 Széh.(g):104.18 Só(g):0.11)</p>	<p>rántott leves feln. Allergén(ek): glutén, zeller, tojás glut,</p> <p>Zöldborsó főzelék felnőtt Allergén(ek): glutén, zeller, tej,</p> <p>Csirkepörkölt felnőtt</p> <p>Keszői kenyér fehér Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):812.33 Zsír(g):21.82 Tel.zs (g):6.02 Feh. (g):47.61 Széh. (g):74.68 Cukor (g):0.75 Só(g):1.13)</p>	<p>babgulyás felnőtt Allergén(ek): zeller, tojás glut,</p> <p>Zsiros pogácsa feln. Allergén(ek): glutén, tojás, tej, laktóz,</p> <p>alma feln. (Energ. (Kcal):841.31 Zsír (g):24.87 Tel.zs(g):7.78 Feh.(g):28.10 Széh. (g):93.34 Cukor(g):0.78 Só (g):0.11)</p>	<p>Zöldségerőleves fn. Allergén(ek): zeller, glutén,</p> <p>Paradicsommártás burg.felnőtt Allergén(ek): glutén,</p> <p>párolt sertésszelet felnőtt</p> <p>Keszői kenyér fehér Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):814.89 Zsír(g):19.64 Tel.zs (g):9.71 Feh.(g):36.43 Széh.(g):114.81 Só (g):1.06)</p>	<p>meggylevés felnőtt Allergén(ek): tej,</p> <p>Óvári sertésszelet fn. Allergén(ek): tej,</p> <p>Párolt rizs felnőtt Allergén(ek): zeller, (Energ. (Kcal):834.04 Zsír (g):24.87 Tel.zs (g):7.89 Feh. (g):36.22 Széh. (g):98.85 Cukor (g):1.16 Só (g):0.95)</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.