

# ÉTLAP

2024.05.13-2024.05.17, Normál, A  
Óvodáskorú

Dátum/Étkezés	2024.05.13, Hétfő	2024.05.14, Kedd	2024.05.15, Szerda	2024.05.16, Csütörtök	2024.05.17, Péntek
TÍZÓRAI	<p>saga gyümölcstea</p> <p>csirkemájkrém</p> <p>telj.kiőrl.kenyér 500gr.ovi</p> <p>Allergén(ek): glutén, (Energ.(Kcal):233.86 Zsír(g):2.22 Tel.zs (g):0.01 Feh.(g):5.14 Széh.(g):24.12 Só (g):0.49)</p>	<p>Tejeskávé óvodás0,2l/fő</p> <p>Allergén(ek): laktóz,</p> <p>Margarin paprika óvodás</p> <p>Keszői kifli</p> <p>Allergén(ek): glutén, (Energ.(Kcal):266.35 Zsír(g):9.30 Tel.zs (g):1.47 Feh.(g):7.33 Széh.(g):21.75 Só (g):0.34)</p>	<p>Gyümölcsle 50%-os</p> <p>gépsonka coop</p> <p>telj.kiőrl.kenyér 500gr.ovi</p> <p>Allergén(ek): glutén,</p> <p>paradicsom</p> <p>(Energ.(Kcal):288.99 Zsír(g):1.46 Tel.zs (g):4.87 Feh.(g):7.94 Széh.(g):35.77 Cukor (g):15.00 Só(g):0.48)</p>	<p>Tej óvodás1,5% - os uht 0,2l/fő</p> <p>Allergén(ek): laktóz,</p> <p>pizzás kifli</p> <p>Allergén(ek): glutén tej, (Energ.(Kcal):201.80 Zsír(g):6.78 Tel.zs (g):1.62 Feh.(g):9.45 Széh.(g):24.31 Cukor (g):0.97 Só(g):0.35)</p>	<p>saga gyümölcstea</p> <p>Tejszínessajt óvodás</p> <p>telj.kiőrl.kenyér 500gr.ovi</p> <p>Allergén(ek): glutén,</p> <p>kígyó uborka</p> <p>(Energ.(Kcal):229.83 Zsír(g):0.62 Tel.zs (g):0.01 Feh.(g):4.24 Széh.(g):24.60 Só (g):0.46)</p>
EBÉD	<p>kelbimbó leves ovi</p> <p>Allergén(ek): zeller,glutén,</p> <p>Bolognai spagetti ovi</p> <p>Allergén(ek): tojás glut,tej, (Energ.(Kcal):513.62 Zsír(g):10.78 Tel.zs (g):3.62 Feh.(g):29.11 Széh.(g):58.80 Cukor (g):2.77 Só(g):0.44)</p>	<p>rántott leves ovi</p> <p>Allergén(ek): glutén,zeller,tojás glut,</p> <p>Zöldbab főzelék óvodás</p> <p>Allergén(ek): glutén,zeller,tej,</p> <p>Sertéspörkölt óvodás</p> <p>telj.kiőrl.kenyér 500gr.ovi</p> <p>Allergén(ek): glutén, (Energ.(Kcal):542.58 Zsír(g):22.21 Tel.zs (g):4.34 Feh.(g):20.42 Széh.(g):39.14 Só (g):0.62)</p>	<p>Tárkonyos sertésragu leves ovi</p> <p>Allergén(ek): zeller,tej,tojás glut,</p> <p>mákos kalács ovi</p> <p>Allergén(ek): glutén,laktóz,tojás, (Energ.(Kcal):611.00 Zsír(g):21.11 Tel.zs (g):5.12 Feh.(g):23.72 Széh.(g):67.93 Cukor (g):0.03 Só(g):0.11)</p>	<p>Gomba leves óvodás</p> <p>Allergén(ek): tojás glut,zeller,</p> <p>Rakott káposzta ovi</p> <p>Allergén(ek): tej,zeller,</p> <p>Banán</p> <p>(Energ.(Kcal):623.92 Zsír(g):11.48 Tel.zs (g):3.13 Feh.(g):23.12 Széh.(g):90.90 Só (g):0.16)</p>	<p>tavaszi hagymakrémleves ovi</p> <p>Allergén(ek): tej,tojás tej,</p> <p>Natúr halfilé</p> <p>Sült burgonya ovi</p> <p>zöldségköret ovi</p> <p>(Energ.(Kcal):616.62 Zsír(g):35.52 Tel.zs (g):3.60 Feh.(g):27.45 Széh.(g):54.16 Só (g):0.12)</p>
UZSONNA	<p>Dörmi</p> <p>Allergén(ek): tojás tej,</p> <p>Alma</p> <p>(Energ.(Kcal):144.90 Zsír(g):4.60 Tel.zs (g):1.40 Feh.(g):2.20 Széh.(g):24.50 Cukor (g):9.60 Só(g):0.11)</p>	<p>Keszői sajtos pogi 250 gr</p> <p>Allergén(ek): glutén tej,</p> <p>Alma</p> <p>(Energ.(Kcal):147.45 Zsír(g):2.63 Tel.zs (g):1.54 Feh.(g):5.16 Széh.(g):24.70 Cukor (g):0.83 Só(g):0.48)</p>	<p>gyümölcsjoghurt danone125gr/fő</p> <p>Allergén(ek): tej, (Energ.(Kcal):76.00 Zsír(g):1.10 Tel.zs (g):0.60 Feh.(g):1.80 Széh.(g):14.80 Só (g):0.05)</p>	<p>Tojáskrém óvodás</p> <p>Allergén(ek): tojás,mustár,</p> <p>telj.kiőrl.kenyér 500gr.ovi</p> <p>Allergén(ek): glutén, (Energ.(Kcal):276.64 Zsír(g):9.48 Tel.zs (g):3.06 Feh.(g):5.00 Széh.(g):19.09 Só (g):0.70)</p>	<p>Alma</p> <p>Banán</p> <p>(Energ.(Kcal):135.90 Feh.(g):1.70 Széh. (g):31.20 Só(g):0.07)</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.,sól, tel.zs. zsír gr-ban van megadva.

# ÉTLAP

2024.05.13-2024.05.17, Normál, A  
Felnőttkorú-I

Dátum/Étkezés	2024.05.13, Hétfő	2024.05.14, Kedd	2024.05.15, Szerda	2024.05.16, Csütörtök	2024.05.17, Péntek
EBÉD	<b>kelbimbó levés feln.</b> Allergén(ek): zeller, glutén,  <b>Bolognai spagetti</b> Allergén(ek): tej, tojás glut, (Energ. (Kcal):796.33 Zsír(g):16.14 Tel.zs(g):5.44 Feh.(g):43.24 Széh.(g):86.02 Cukor(g):3.98 Só (g):0.73)	<b>rántott leves feln.</b> Allergén(ek): glutén, zeller, tojás glut,  <b>Zöldbab főzelék felnőtt</b> Allergén(ek): glutén, zeller, tej,  <b>Sertéspörkölt felnőtt</b> Allergén(ek): zeller,  <b>Keszői kenyér</b> Allergén(ek): glutén, (Energ.(Kcal):737.44 Zsír(g):23.67 Tel.zs (g):4.05 Feh. (g):35.29 Széh. (g):70.50 Só(g):1.15)	<b>Tárkonyos sertésragu leves fn</b> Allergén(ek): zeller, tej, tojás glut,  <b>Mákos kalács feln.</b> Allergén(ek): glutén, tojás, laktóz, (Energ.(Kcal):964.59 Zsír(g):36.49 Tel.zs (g):7.81 Feh.(g):34.91 Széh.(g):94.30 Cukor (g):0.08 Só(g):0.29)	<b>Gomba leves felnőtt</b> Allergén(ek): tojás glut, zeller,  <b>Rakott káposzta f.</b> Allergén(ek): tej, zeller, (Energ. (Kcal):897.10 Zsír(g):26.80 Tel.zs(g):7.46 Feh.(g):39.95 Széh.(g):99.24 Só(g):0.25)	<b>tavaszi hagymakrémleves fn.</b> Allergén(ek): tej, tojás tej,  <b>Pásztortarhonya fn.</b> Allergén(ek): tojás glut, zeller, (Energ.(Kcal):950.62 Zsír(g):52.63 Tel.zs (g):21.70 Feh.(g):33.42 Széh.(g):90.81 Cukor (g):1.20 Só(g):1.49)

br>

**Jó étvágyat kívánunk!**

Négyzögletű 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.