

| Étkezés          | Hétfő  | Kedd   | Szerda   | Csütörtök   | Péntek   |
|------------------|--|--|--|---|--|
| 01 Óvoda tízórai | Kifli (Korpás) Sajt (lapka) Tea, gyümölcsös 1  | Felvágott (Baromfi párizsi) Margarin (Delma) Kenyér (Teljes kiőrlésű)  | Körözött Kenyér (Teljes kiőrlésű) Tea, citromos-1  | Felvágott (Zala) Margarin (Luga) Kenyér (Teljes kiőrlésű)   | Sárgabarack lekvár Vaj, (teavaj) Kenyér (Búza kenyér) Tejeskávé  |
| 02 Óvoda ebéd    | Babgulyás, zöldséges 1. Kenyér (Teljes kiőrlésű) Rizsfelfújt 1. Málnaböjt  | Csontleves 1. Paradicsomos káposztafőzelék 1. Sertésragdalt-1  | Karalábéleves (magyaros) 1. Bakonyi sertésragu 1. Durum tészta 1.  | Hagymaleves 1. Rántott sertés szelet 1. Petrezselymes burgonya 1.   | Lebbensleves 1. Csirkemell nyerc zöldséggáyon 1. Rántott bulgur1   |
| 10 Felöltő ebéd  | Babgulyás, zöldséges 4. Kenyér (Teljes kiőrlésű) Rizskoch 4.   | Csontleves 4. Paradicsomos káposztafőzelék 4. Sertésragdalt-4  | Bakonyi sertésragu 4. Durum tészta 4. Karalábéleves (magyaros) 4.  | Hagymaleves 4. Rántott sertés szelet 4. Petrezselymes burgonya 4.   | Lebbensleves 4. Csirkemell nyerc zöldséggáyon 4. Rántott bulgur4   |
| 03 Óvoda uzsonna | Baromfi májkrem (65g) Kenyér (Búza kenyér) Kigyúboborka  | Valkrém - zöldfűszeres/magyaros/natúr Kenyér (Búza kenyér)   | Sajtkrém Kenyér (Búza kenyér)  | Joghurt (Gyümölcsös)  | Alma Zab-Rudi  |
|                  | <p>energia: 220g zsírfelület 12,3g/3g szénhidrát: 44,1g 1,06g</p> <p>energia: 37,1g fehérje: 25,5g/5g szénhidrát: 53,5g 2,19g</p> <p>energia: 147,8g tojéscsuszka cukor: 2,19g</p> | <p>energia: 19,0g zsírfelület 9,2g/2g szénhidrát: 6,2g 2,45g</p> <p>energia: 33,80g fehérje: 16,8g/4g szénhidrát: 13,4g 3,54g</p> <p>energia: 4,50g zsírfelület 0,7g/0g szénhidrát: 1,2g 0,92g</p> | <p>energia: 17,5g zsírfelület 57,5g/4g szénhidrát: 4,5g 1,40g</p> <p>energia: 35,2g fehérje: 78,5g/8g szénhidrát: 7,5g 4,10g</p> <p>energia: 4,8g zsírfelület 0,4g/0g szénhidrát: 1,3g 0,92g</p> | <p>energia: 22,7g zsírfelület 88,1g/6g szénhidrát: 1,4g 1,56g</p> <p>energia: 40,1g fehérje: 116,1g/10g szénhidrát: 2,1g 3,33g</p> <p>energia: 2,8g zsírfelület 1,0g/1g szénhidrát: 15,0g 0,08g</p> | <p>energia: 18,1g zsírfelület 18,9g/0g szénhidrát: 0,7g 0,45g</p> <p>energia: 36,6g fehérje: 38,9g/0g szénhidrát: 3,9g 1,20g</p> <p>energia: 6,5g zsírfelület 14,5g/9g szénhidrát: 38,2g 0,14g</p> |
|                  | <p>energia: 8,3g zsírfelület 3,9g/1g szénhidrát: 1,50g</p> <p>energia: 24,8g zsírfelület 3,9g szénhidrát: 1,50g</p>  | <p>energia: 4,50g zsírfelület 0,7g/0g szénhidrát: 1,2g 0,92g</p> <p>energia: 21,2g zsírfelület 0,92g szénhidrát: 0,9g</p>  | <p>energia: 4,8g zsírfelület 0,4g/0g szénhidrát: 1,3g 0,92g</p> <p>energia: 21,4g zsírfelület 0,92g szénhidrát: 0,9g</p>   | <p>energia: 2,8g zsírfelület 1,0g/1g szénhidrát: 15,0g 0,08g</p> <p>energia: 6,5g zsírfelület 14,5g/9g szénhidrát: 38,2g 0,14g</p>  | <p>energia: 13,4g zsírfelület 12,4g/8g szénhidrát: 35,8g 1,17g</p> <p>energia: 13,4g zsírfelület 12,4g/8g szénhidrát: 35,8g 1,17g</p>  |
|                  | <p>energia: 0,0g zsírfelület 0,0g/0g szénhidrát: 0,00g</p> <p>energia: 0,0g zsírfelület 0,0g/0g szénhidrát: 0,00g</p>  | <p>energia: 0,0g zsírfelület 0,0g/0g szénhidrát: 0,00g</p> <p>energia: 0,0g zsírfelület 0,0g/0g szénhidrát: 0,00g</p>  | <p>energia: 0,0g zsírfelület 0,0g/0g szénhidrát: 0,00g</p> <p>energia: 0,0g zsírfelület 0,0g/0g szénhidrát: 0,00g</p>  | <p>energia: 0,0g zsírfelület 0,0g/0g szénhidrát: 0,00g</p> <p>energia: 0,0g zsírfelület 0,0g/0g szénhidrát: 0,00g</p>   | <p>energia: 0,0g zsírfelület 0,0g/0g szénhidrát: 0,00g</p> <p>energia: 0,0g zsírfelület 0,0g/0g szénhidrát: 0,00g</p>  |