

Étkezés

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

Óvoda tízórai	Mogyorókrém (kakaós) Kifli (52-56g)	Felvágott (Baromfiiparizs) Margarin (Delma) Kenyér (Teljes kiőrlésű) Tej (UHT) 1,5%	Padlizsánkrem Kenyér (Teljes kiőrlésű) Tea, gyümölcsös1	Felvágott (Családi Csemege) Margarin (Florin) Kenyér (Teljes kiőrlésű) Tej (UHT) 1,5%	Sajt (Tapka) Vaj (teavaj) Zsemle (Zabos) Tea, gyümölcsös1
01 Óvoda ebéd	<p>Frankfurti leves 1. Sajos-tejfőlés tészta1</p> <p>energia: 21,4g szénhidrát: 25,5g</p> <p>fehérje: 2,1g cukor: 7,2g</p> <p>zsírtartalom: 42,1g/15g sól: 1,85g</p>	<p>Zöldbableves 1. Lecsős sertésszelet 1. Tahonyaköret 1.</p> <p>energia: 23,7g szénhidrát: 63,3g</p> <p>fehérje: 2,3g cukor: 1,9g</p> <p>zsírtartalom: 17,6g/9g sól: 1,95g</p>	<p>Teljesleves 1. Burgonyafőzelék 1. Sertésvagdalt-1</p> <p>energia: 20,4g szénhidrát: 53,0g</p> <p>fehérje: 2,0g cukor: 0,7g</p> <p>zsírtartalom: 15,1g/5g sól: 2,33g</p>	<p>Teljesleves 4. Tejfőlés gombás csirkeragu 4. Párolt bulgur4</p> <p>energia: 24,1g szénhidrát: 28,9g</p> <p>fehérje: 2,0g cukor: 0,9g</p> <p>zsírtartalom: 10,2g/3g sól: 0,88g</p>	<p>Fokhagyma krémleves 1 (kölesgolyó-levesbetét) Pirított csirkeszárnny 1 Rizi bizi 1.</p> <p>energia: 36,5g szénhidrát: 55,6g</p> <p>fehérje: 2,3g cukor: 2,3g</p> <p>zsírtartalom: 19,7g/3g sól: 3,08g</p>
02 Óvoda ebéd	<p>Frankfurti leves 4. Sajos-tejfőlés tészta4</p> <p>energia: 33,4g szénhidrát: 38,3g</p> <p>fehérje: 3,3g cukor: 7,9g</p> <p>zsírtartalom: 62,4g/20g sól: 3,57g</p>	<p>Zöldbableves 4. Lecsős sertésszelet 4. Tahonyaköret 4.</p> <p>energia: 39,0g szénhidrát: 101,9g</p> <p>fehérje: 3,9g cukor: 3,2g</p> <p>zsírtartalom: 34,8g/1g sól: 3,48g</p>	<p>Teljesleves 4. Burgonyafőzelék 4. Sertésvagdalt-4</p> <p>energia: 37,1g szénhidrát: 63,5g</p> <p>fehérje: 3,7g cukor: 1,3g</p> <p>zsírtartalom: 27,8g/9g sól: 3,37g</p>	<p>Teljesleves 4 Tejfőlés gombás csirkeragu 4. Párolt bulgur4</p> <p>energia: 30,8g szénhidrát: 28,9g</p> <p>fehérje: 3,0g cukor: 3,7g</p> <p>zsírtartalom: 16,6g/4g sól: 1,42g</p>	<p>Fokhagyma krémleves 4 (kölesgolyó-levesbetét) Pirított csirkeszárnny 4 Rizi bizi 4.</p> <p>energia: 71,4g szénhidrát: 103,9g</p> <p>fehérje: 7,4g cukor: 4,2g</p> <p>zsírtartalom: 55,5g/5g sól: 5,11g</p>
03 Óvoda uszonna	<p>Baromfi májkrém (55g) Kenyér (Teljes kiőrlésű) Zöldpaprika</p> <p>energia: 8,3g szénhidrát: 13,6g</p> <p>fehérje: 0,9g cukor: 4,2g</p> <p>zsírtartalom: 4,5g/1g sól: 1,15g</p>	<p>Vajkrém - zöldfűszeres/magyaros/natur Kenyér (Búza kenyér)</p> <p>energia: 5,3g szénhidrát: 25,5g</p> <p>fehérje: 0,0g cukor: 1,5g</p> <p>zsírtartalom: 0,7g/0g sól: 1,10g</p>	<p>Sajtkrém Kenyér (Búza kenyér) Kigyóuborka</p> <p>energia: 4,6g szénhidrát: 21,4g</p> <p>fehérje: 0,4g cukor: 1,3g</p> <p>zsírtartalom: 0,4g/0g sól: 0,82g</p>	<p>Mandarin Müzli szelet (Gyümölcsös/Kakaós)</p> <p>energia: 5,0g szénhidrát: 81,8g</p> <p>fehérje: 0,0g cukor: 37,0g</p> <p>zsírtartalom: 7,8g/3g sól: 0,08g</p>	<p>Kremtúró (Vanília)</p> <p>energia: 0,0g szénhidrát: 0,0g</p> <p>fehérje: 0,0g cukor: 0,0g</p> <p>zsírtartalom: 0,0g/0g sól: 0,00g</p>