

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
01 óvoda t	Dzsem (25g) Kifli (52-56g) Forrált tej 1.	Felvágott (Tavaszi) Margarin (Delma) Kenyér (Teljes kiőrlésű) Tea, gyümölcsös 1	Tőjáskrém Kenyér (Búza kenyér)	Felvágott (Zala) Margarin (Liga) Kenyér (Teljes kiőrlésű) Tej (UHT) 1,5%	Kifli (Retró) Tejleskávé
02 óvoda ebéd	Málgombóc leves 1. Spagetti Carbonara 1.	Zellerkrémleves 1. Gyümölcszösz 1. Natur sertésszelet 1.	Fejtettbab leves 1. Sajttal töltött, sült virsli 1. Burgonyapüré 1.	Lebbencsleves 1. Bakonyi sertésragu 1. Párolt rizs 1.	Csontleves 1. Pirított csirkemell 1. VadaSMARTás 1. Durum tészta 1.
10 felnőtt ebéd	Málgombóc leves 4. Spagetti Carbonara 4.	Zellerkrémleves 4. Gyümölcszösz 4. Natur sertésszelet 4.	Fejtettbab leves 4. Sajttal töltött, sült virsli 4. Burgonyapüré 4.	Lebbencsleves 4. Bakonyi sertésragu 4 Párolt rizs 4.	Csontleves 4. Pirított csirkemell 4. VadaSMARTás 4. Durum tészta 4.
03 óvoda uzsonna	Sajtkrém Kenyér (Teljes kiőrlésű)	Vajkrém - zöldfűszeres/magyaros/natur Kenyér (Búza kenyér) Zöldpaprika	Baromfi májkrém Kenyér (Teljes kiőrlésű) Kigyúboborka	Zöldség Pástétom (Brokkolikarfiol) Kenyér (Búza kenyér)	Muzli szelet (Gyümölcsös/Kakaós) Alma
	<p>energia: 100 kcal/100g szénhidrát: 97,7g</p> <p>fehérje: 48,4g cukor: 6,8g</p> <p>zsírtartalom: 45,3g/100g só: 3,60g</p>	<p>energia: 68 kcal/100g szénhidrát: 69,8g</p> <p>fehérje: 41,6g cukor: 24,7g</p> <p>zsírtartalom: 45,3g/100g só: 5,35g</p>	<p>energia: 100 kcal/100g szénhidrát: 85,8g</p> <p>fehérje: 31,5g cukor: 0,2g</p> <p>zsírtartalom: 45,7g/100g só: 3,15g</p>	<p>energia: 120 kcal/100g szénhidrát: 90,0g</p> <p>fehérje: 38,7g cukor: 2,4g</p> <p>zsírtartalom: 78,8g/100g só: 2,87g</p>	<p>energia: 60 kcal/100g szénhidrát: 58,0g</p> <p>fehérje: 40,7g cukor: 16,0g</p> <p>zsírtartalom: 27,2g/100g só: 2,27g</p>
	<p>energia: 146 kcal/100g szénhidrát: 9,3g</p> <p>fehérje: 6,4g cukor: 1,6g</p> <p>zsírtartalom: 0,9g/100g só: 0,56g</p>	<p>energia: 133 kcal/100g szénhidrát: 22,1g</p> <p>fehérje: 4,8g cukor: 1,2g</p> <p>zsírtartalom: 0,7g/100g só: 0,92g</p>	<p>energia: 11,1g</p> <p>fehérje: 10,8g cukor: 1,5g</p> <p>zsírtartalom: 9,5g/2g só: 1,07g</p>	<p>energia: 170 kcal/100g szénhidrát: 23,1g</p> <p>fehérje: 4,3g cukor: 1,2g</p> <p>zsírtartalom: 4,3g/1g só: 1,30g</p>	<p>energia: 48 kcal/100g szénhidrát: 77,2g</p> <p>fehérje: 3,0g cukor: 40,2g</p> <p>zsírtartalom: 13,5g/8g só: 0,25g</p>
	<p>energia: 0,0g szénhidrát: 0,0g</p> <p>fehérje: 0,0g cukor: 0,0g</p> <p>zsírtartalom: 0,00g só: 0,00g</p>	<p>energia: 0,0g szénhidrát: 0,0g</p> <p>fehérje: 0,0g cukor: 0,0g</p> <p>zsírtartalom: 0,00g só: 0,00g</p>	<p>energia: 0,0g szénhidrát: 0,0g</p> <p>fehérje: 0,0g cukor: 0,0g</p> <p>zsírtartalom: 0,00g só: 0,00g</p>	<p>energia: 0,0g szénhidrát: 0,0g</p> <p>fehérje: 0,0g cukor: 0,0g</p> <p>zsírtartalom: 0,00g só: 0,00g</p>	<p>energia: 0,0g szénhidrát: 0,0g</p> <p>fehérje: 0,0g cukor: 0,0g</p> <p>zsírtartalom: 0,00g só: 0,00g</p>