

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
01 óvoda t	Kifli (Szezámmagos) Sajt (Kockasajt) Karamellás tej	Felvágott (Csirke-sonka) Kenyér (Teljes kiőrlésű) Tea, gyümölcsös 1	Kalács (Fonott) Kakao 1 (házi)	Felvágott (Olasz) Margarin (Fonni) Kenyér (Teljes kiőrlésű) Tej (UHT) 1,5%	Gabonapelyh (Teljes kiőrlésű) Tej (UHT) 1,5%
02 óvoda ebéd	Borcslevés 1 Burgonyás tészta 1. Csemege uborka	Vegyes zöldséglevés 1. Cigánypecsenye 1 Párolt mexikói rizs 1	Tőjáslevés 1 Sárgaborsó főzelék 1. Borsostokány 1. Kenyér (Teljes kiőrlésű)	Tarhonyaleves 1. Rakott zöldbab 1. Kenyér (Búza kenyér)	Tyúkerlevés 1 Pirított csirkemell 1. Sajtmártás 1. Vajás burgonya 1
10 felnőtt ebéd	Borcslevés 4 Burgonyás tészta 4. Csemege uborka	Vegyes zöldséglevés 4. Cigánypecsenye 4 Párolt mexikói rizs 4	Tőjáslevés 4. Sárgaborsó főzelék 4. Borsostokány 4.	Tarhonyaleves 4. Rakott zöldbab 4.	Tyúkerlevés 4 Pirított csirkemell 4. Sajtmártás 4. Vajás burgonya 4
03 óvoda uzsonna	Baronfi májkrém Kenyér (Teljes kiőrlésű) Zöldpaprika	Vajkrém -natúr/izés Kenyér (Búza kenyér)	Sajtkrém Kenyér (Búza kenyér) Kiggyúdborka	Piskóta szelet :)	Alma Zab-szelet (gyümölcsös)
	energia: 11,1g zsírfelület: 0,0g szénhidrát: 0,0g	energia: 14,6g zsírfelület: 0,0g szénhidrát: 0,0g	energia: 21,4g zsírfelület: 0,0g szénhidrát: 0,0g	energia: 6,2g zsírfelület: 0,0g szénhidrát: 0,0g	energia: 7,8g zsírfelület: 0,0g szénhidrát: 0,0g
	energia: 12,0g zsírfelület: 1,5g szénhidrát: 1,07g	energia: 4,8g zsírfelület: 0,99g szénhidrát: 1,4g	energia: 21,4g zsírfelület: 0,91g szénhidrát: 1,3g	energia: 38,8g zsírfelület: 0,51g szénhidrát: 0,51g	energia: 7,8g zsírfelület: 30,7g szénhidrát: 7,5g
	energia: 27,2g zsírfelület: 31,5g/8g szénhidrát: 5,2g	energia: 44,6g zsírfelület: 76,9g/4g szénhidrát: 2,3g	energia: 55,3g zsírfelület: 58,7g/8g szénhidrát: 2,2g	energia: 30,7g zsírfelület: 38,2g/4g szénhidrát: 0,8g	energia: 53,3g zsírfelület: 32,0g/8g szénhidrát: 7,5g
	energia: 133,0g zsírfelület: 133,0g szénhidrát: 133,0g	energia: 103,0g zsírfelület: 103,0g szénhidrát: 103,0g	energia: 90,1g zsírfelület: 90,1g szénhidrát: 90,1g	energia: 66,9g zsírfelület: 66,9g szénhidrát: 66,9g	energia: 82,2g zsírfelület: 82,2g szénhidrát: 82,2g
	energia: 207,2g zsírfelület: 207,2g szénhidrát: 207,2g	energia: 146,6g zsírfelület: 146,6g szénhidrát: 146,6g	energia: 21,4g zsírfelület: 21,4g szénhidrát: 21,4g	energia: 38,8g zsírfelület: 38,8g szénhidrát: 38,8g	energia: 7,8g zsírfelület: 7,8g szénhidrát: 7,8g
	energia: 11,1g zsírfelület: 0,0g szénhidrát: 0,0g	energia: 4,8g zsírfelület: 0,0g szénhidrát: 0,0g	energia: 21,4g zsírfelület: 0,0g szénhidrát: 0,0g	energia: 6,2g zsírfelület: 0,0g szénhidrát: 0,0g	energia: 7,8g zsírfelület: 0,0g szénhidrát: 0,0g

Jó étvágyat kívánunk!