

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
01 óvoda t	Kalács (Fonott) Kakaó 1 (házi)	Felvágott (Baromfi párizsi) Margarin (Delma) Kenyer (Teljes kiőrlésű) Tej (UHT) 1,5%	Tojáskrém Kenyer (Búza kenyer)	Felvágott (Zala) Margarin (Liga) Kenyer (Teljes kiőrlésű) Tej (UHT) 1,5%	Tej (UHT) 1,5% Gabonapehely (Teljes kiőrlésű)
02 óvoda ebéd	Lencseleves 1. Túrós metélt 1.	Karfiolleves 1. Paradicsomos húscombóc 1. Kenyer (Búza kenyer)	Fokhagyma krémleves 1 (kölesgolyó- levesbetét) Hentes szelet 1 Párolt rizs 1.	Zöldbableves 1. Sajtos csirkemell 1. Petrezselymes burgonya 1.	Lebbencsleves 1. Szejklykáposzta 1. -árpagyönggyel- Kenyer (Teljes kiőrlésű)
10 felnőtt ebéd	Lencseleves 4. Túrós metélt 4.	Karfiolleves 4. Paradicsomos húscombóc 4.	Fokhagyma krémleves 4. (kölesgolyó-levesbetét) Párolt rizs 4. Hentes szelet 4	Zöldbableves 4. Sajtos csirkemell 4. Petrezselymes burgonya 4.	Lebbencsleves 4. Szejklykáposzta 4. -árpagyönggyel-
03 óvoda uzsonna	Baromfi májkrém Kenyer (Teljes kiőrlésű) Kigyóuborka	Vajkrém -natur/izes Kenyer (Búza kenyer)	Sajtkrém Kenyer (Búza kenyer) Zöldpaprika	Zöldség pástétom (Brokkoli/karfiol) Kenyer (Búza kenyer)	Alma Túró Rudi
	energia: 342,6 kcal/100g szénhidrát: 49,0g fehérje: 14,5g zsírtartalom: 9,3g/2g szőlő: 13,1g cukor: 0,59g	energia: 144,6 kcal/100g szénhidrát: 22,4g fehérje: 17,2g zsírtartalom: 10,1g/1g szőlő: 1,0g cukor: 1,28g	energia: 417,6 kcal/100g szénhidrát: 53,3g fehérje: 17,5g zsírtartalom: 12,0g/2g szőlő: 9,1g cukor: 1,79g	energia: 176,6 kcal/100g szénhidrát: 21,7g fehérje: 5,7g zsírtartalom: 5,0g/2g szőlő: 1,4g cukor: 1,02g	energia: 146,6 kcal/100g szénhidrát: 23,1g fehérje: 4,9g zsírtartalom: 0,5g/0g szőlő: 1,3g cukor: 0,92g
	energia: 111,0g szénhidrát: 1,9g fehérje: 27,5g zsírtartalom: 34,5g/7g szőlő: 1,9g cukor: 1,29g	energia: 62,6 kcal/100g szénhidrát: 0,7,9g fehérje: 20,0g zsírtartalom: 24,1g/4g szőlő: 1,4g cukor: 5,09g	energia: 126,6 kcal/100g szénhidrát: 104,0g fehérje: 42,7g zsírtartalom: 72,5g/5g szőlő: 3,9g cukor: 3,89g	energia: 133,6 kcal/100g szénhidrát: 22,3g fehérje: 4,9g zsírtartalom: 0,5g/0g szőlő: 1,3g cukor: 0,92g	energia: 69,6 kcal/100g szénhidrát: 50,7g fehérje: 31,4g zsírtartalom: 37,2g/4g szőlő: 4,9g cukor: 6,82g
	energia: 12,7g szénhidrát: 4,2g fehérje: 10,2g zsírtartalom: 4,4g/1g szőlő: 1,15g cukor: 1,15g	energia: 144,6 kcal/100g szénhidrát: 21,0g fehérje: 4,0g zsírtartalom: 2,3g/1g szőlő: 0,99g cukor: 0,99g	energia: 133,6 kcal/100g szénhidrát: 22,3g fehérje: 4,9g zsírtartalom: 0,5g/0g szőlő: 1,3g cukor: 0,92g	energia: 176,6 kcal/100g szénhidrát: 21,7g fehérje: 5,7g zsírtartalom: 5,0g/2g szőlő: 1,4g cukor: 1,02g	energia: 156,6 kcal/100g szénhidrát: 21,9g fehérje: 2,2g zsírtartalom: 6,3g/4g szőlő: 0,03g cukor: 20,5g
	energia: 0,0g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsírtartalom: 0,0g szőlő: 0,0g cukor: 0,0g	energia: 0,0g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsírtartalom: 0,0g szőlő: 0,0g cukor: 0,0g	energia: 0,0g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsírtartalom: 0,0g szőlő: 0,0g cukor: 0,0g	energia: 316,6 kcal/100g szénhidrát: 22,5g fehérje: 17,9g zsírtartalom: 8,7g/0g szőlő: 1,5g cukor: 1,34g	energia: 0,0g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g zsírtartalom: 0,0g szőlő: 0,0g cukor: 0,0g