

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
01 óvoda t	KIFLI, MAGVAS Mogyorókrém (mini) Forrált tej 1.	FELVAGOTT, TAVASZI MARGARIN, DELMA KENYÉR (FEHÉR HÁZI JELLEGŰ)	tonnalpásztétom 1 KENYÉR (FEHÉR HÁZI JELLEGŰ) tea, lipion 1	FELVAGOTT, CSIRKESONKA MARGARIN, DELMA KENYÉR (FÉLBARNA)	ZSEMLE, ZABOS SAJT, KOCKASAJT
02 óvoda ebéd	Betvártleves 1 Burgonyás tészta 1.	Ösontleves 1. Zöldbabrizzelek 1. sertésvagdalt 1 KENYÉR (teljes kiőrlésű)	Zöldborsóleves 1. Rizseshus 1 Káposzta salátája 1	Sütiőkrémleves-1 Rántott sertés szelet 1. Burgonyapüé 1.	Daragaluska leves 1. Csirkemell nyenc zöldséggágyon 1 Párolt bulgur 1
03 óvoda uzsonna	ZÖLDSEG PASTETOM (BROKKOLI, KARFOL) 105 G KENYÉR (FÉLBARNA)	VAJKRÉM 200g ízes KENYÉR (FEHÉR HÁZI JELLEGŰ) ZÖLDPÁRIKA	SAJTKRÉM KENYÉR (FÉLBARNA)	ALMA	MUZLI SZELET, GYUMOLCSOS 20g
	energia: 177kcal/100g szénhidrát: 25,9g fehérje: 5,4g cukor: 0,0g zsírfellett: 4,6g/0g sól: 1,40g	energia: 156kcal/100g szénhidrát: 22,4g fehérje: 5,2g cukor: 1,4g zsírfellett: 2,3g/1g sól: 0,99g	energia: 136kcal/100g szénhidrát: 24,2g fehérje: 5,1g cukor: 0,1g zsírfellett: 0,7g/0g sól: 1,01g	energia: 496kcal/100g szénhidrát: 10,2g fehérje: 0,3g cukor: 10,2g zsírfellett: 0,5g/0g sól: 0,01g	energia: 416kcal/100g szénhidrát: 67,0g fehérje: 5,3g cukor: 30,0g zsírfellett: 13,0g/8g sól: 0,24g