

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
01 óvoda t	KIFLI, KORPAS Kakaó házi	FELVAGOTT, ZALA MARGARIN, DELMA KENYÉR (teljes kiőrlésű) Forrált tej 1.	SAJTKREM KENYÉR (FELBARNÁ) TEA, gyümölcsös 1	FELVAGOTT, BAROMFI-PARIZSI MARGARIN, Florin KENYÉR (teljes kiőrlésű)	SAJT, KOCCASAJT KIFLI, SZEZAMMAGOS
	energia: 49kcal/100g szénhidrát: 43,8g fehérje: 17,7g cukor: 26,5g	energia: 38kcal/100g szénhidrát: 32,9g fehérje: 17,9g cukor: 11,9g	energia: 140kcal/100g szénhidrát: 27,6g fehérje: 5,1g cukor: 3,4g	energia: 180kcal/100g szénhidrát: 9,1g fehérje: 8,8g cukor: 1,5g	energia: 37kcal/100g szénhidrát: 58,8g fehérje: 12,2g cukor: 4,3g
02 óvoda ebéd	Tárkonyos raguleves 1 Daras metélt 1. Sárgabarack lekvár	Tojásleves 1. Seris szelet pirított gombával 1 Párolt rizs 1.	Karalábéleves, tejfőlés 1. Paprikás burgonya virsivel 1 Céklasaláta 1.	Vegyes zöldségleves 1. Temesvári ragu 1. Tésztaköret 1.	Burgonyaleves, tejföllel 1. Pirított csirkeszárny, szezámmaggal 1 Zöldborsófőzelék 1.
	energia: 306kcal/100g szénhidrát: 33,1g fehérje: 15,7g cukor: 1,3g	energia: 80kcal/100g szénhidrát: 98,4g fehérje: 22,1g cukor: 0,4g	energia: 96kcal/100g szénhidrát: 42,9g fehérje: 14,9g cukor: 4,5g	energia: 60kcal/100g szénhidrát: 60,7g fehérje: 25,7g cukor: 0,9g	energia: 57kcal/100g szénhidrát: 55,8g fehérje: 43,9g cukor: 4,5g
03 óvoda uzsonna	Kolbászkrem KENYÉR (FEHÉR HÁZI JELLEGŰ) SÖRRETEK	VAJ, SZENDVICS KENYÉR (FEHÉR HÁZI JELLEGŰ) Kigyóuborika	KREMITURO, VANILIA	ZOLDSÉG PASTETOM (BROKKOLI, KARFOL) 105 G KENYÉR (FEHÉR HÁZI JELLEGŰ)	Zab-szelet (gyümölcsös) ALMA
	energia: 21,4g szénhidrát: 1,3g fehérje: 8,9g cukor: 1,3g	energia: 21,2g szénhidrát: 1,2g fehérje: 14,3g cukor: 0,9g	energia: 0,0g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	energia: 170kcal/100g szénhidrát: 23,1g fehérje: 4,9g cukor: 1,2g	energia: 51kcal/100g szénhidrát: 73,9g fehérje: 7,6g cukor: 30,7g
	energia: 0,0g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	energia: 0,0g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	energia: 0,0g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	energia: 0,0g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	energia: 0,0g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g
	energia: 0,0g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	energia: 0,0g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	energia: 0,0g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	energia: 0,0g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g	energia: 0,0g szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g