

Étkezés		Hétfő		Kedd		Szerda		Csütörtök		Péntek				
01 óvodai t	SAJT, KOCKASAJT 200g/dob ZSEMLE, ZABOS tea, gyümölcsös 1	energia: 456,69	fehérje: 93,99	zsírtartalom: 39,09/8g	energia: 477,59	fehérje: 18,89	zsírtartalom: 6,49/4g	energia: 49,59	fehérje: 9,29	zsírtartalom: 1,59/0g	energia: 23,39	fehérje: 10,89	zsírtartalom: 7,09/5g	
		zsókalcium: 456,69	cukor: 17,09	szőlő: 12,10g	zsókalcium: 77,59	cukor: 34,89	szőlő: 2,04g	zsókalcium: 49,59	cukor: 2,49	szőlő: 1,00g	zsókalcium: 9,19	cukor: 1,39	szőlő: 0,92g	zsókalcium: 23,39
02 óvodai ebéd	Belyárleves 1 Diós metélt 1.	energia: 470,39	fehérje: 15,39	zsírtartalom: 27,69/4g	energia: 65,79	fehérje: 24,79	zsírtartalom: 17,39/5g	energia: 21,49	fehérje: 17,99	zsírtartalom: 21,99/0g	energia: 62,79	fehérje: 24,39	zsírtartalom: 42,59/7g	
		zsókalcium: 470,39	cukor: 17,09	szőlő: 1,18g	zsókalcium: 37,89	cukor: 1,49	szőlő: 3,15g	zsókalcium: 21,49	cukor: 1,39	szőlő: 1,81g	zsókalcium: 62,79	cukor: 10,89	szőlő: 3,29g	zsókalcium: 59,99
03 óvodai uzsonna	Padlizsánkrem margarinnal KENYÉR (FEHÉR HÁZI JELLEGŰ) KIGYÓUBORKA	energia: 24,49	fehérje: 5,29	zsírtartalom: 11,09/5g	energia: 58,79	fehérje: 13,79	zsírtartalom: 18,39/5g	energia: 23,89	fehérje: 4,79	zsírtartalom: 24,39/0g	energia: 51,29	fehérje: 6,89	zsírtartalom: 20,29/1g	
		zsókalcium: 24,49	cukor: 1,89	szőlő: 1,03g	zsókalcium: 58,79	cukor: 3,89	szőlő: 1,10g	zsókalcium: 23,89	cukor: 1,29	szőlő: 0,91g	zsókalcium: 51,29	cukor: 23,89	szőlő: 0,93g	zsókalcium: 28,09
	FELVAGOTT, SOPRONI VAJ, TEAVAJ KIFLI, SZEZÁMMAGOS ZOLDPAPRIKA	energia: 58,79	fehérje: 13,79	zsírtartalom: 18,39/5g	energia: 23,89	fehérje: 4,79	zsírtartalom: 24,39/0g	energia: 51,29	fehérje: 6,89	zsírtartalom: 20,29/1g	energia: 51,29	fehérje: 6,89	zsírtartalom: 20,29/1g	
		zsókalcium: 58,79	cukor: 3,89	szőlő: 1,10g	zsókalcium: 23,89	cukor: 1,29	szőlő: 0,91g	zsókalcium: 51,29	cukor: 23,89	szőlő: 0,93g	zsókalcium: 51,29	cukor: 23,89	szőlő: 0,93g	zsókalcium: 28,09
	VAJKREM 250G KENYÉR (FEHÉR HÁZI JELLEGŰ) PARADICSOM	energia: 23,89	fehérje: 4,79	zsírtartalom: 24,39/0g	energia: 51,29	fehérje: 6,89	zsírtartalom: 20,29/1g	energia: 51,29	fehérje: 6,89	zsírtartalom: 20,29/1g	energia: 51,29	fehérje: 6,89	zsírtartalom: 20,29/1g	
		zsókalcium: 23,89	cukor: 1,29	szőlő: 0,91g	zsókalcium: 51,29	cukor: 23,89	szőlő: 0,93g	zsókalcium: 51,29	cukor: 23,89	szőlő: 0,93g	zsókalcium: 51,29	cukor: 23,89	szőlő: 0,93g	zsókalcium: 28,09
	CROISSANT BARACKOS 50 G	energia: 62,79	fehérje: 24,39	zsírtartalom: 42,59/7g	energia: 62,79	fehérje: 24,39	zsírtartalom: 42,59/7g	energia: 62,79	fehérje: 24,39	zsírtartalom: 42,59/7g	energia: 62,79	fehérje: 24,39	zsírtartalom: 42,59/7g	
		zsókalcium: 62,79	cukor: 10,89	szőlő: 3,29g	zsókalcium: 62,79	cukor: 10,89	szőlő: 3,29g	zsókalcium: 62,79	cukor: 10,89	szőlő: 3,29g	zsókalcium: 62,79	cukor: 10,89	szőlő: 3,29g	zsókalcium: 62,79
	DZSEM (30G DOBOZOS) KIFLI (VAJAS 34 G)	energia: 59,99	fehérje: 30,89	zsírtartalom: 18,99/5g	energia: 59,99	fehérje: 30,89	zsírtartalom: 18,99/5g	energia: 59,99	fehérje: 30,89	zsírtartalom: 18,99/5g	energia: 59,99	fehérje: 30,89	zsírtartalom: 18,99/5g	
		zsókalcium: 59,99	cukor: 4,39	szőlő: 0,79g	zsókalcium: 59,99	cukor: 4,39	szőlő: 0,79g	zsókalcium: 59,99	cukor: 4,39	szőlő: 0,79g	zsókalcium: 59,99	cukor: 4,39	szőlő: 0,79g	zsókalcium: 59,99
	Pírtött csirkemell 1. Sajtmártás 1. Patott rizs 1.	energia: 10,89	fehérje: 10,89	zsírtartalom: 7,09/5g	energia: 10,89	fehérje: 10,89	zsírtartalom: 7,09/5g	energia: 10,89	fehérje: 10,89	zsírtartalom: 7,09/5g	energia: 10,89	fehérje: 10,89	zsírtartalom: 7,09/5g	
		zsókalcium: 10,89	cukor: 1,99	szőlő: 0,94g	zsókalcium: 10,89	cukor: 1,99	szőlő: 0,94g	zsókalcium: 10,89	cukor: 1,99	szőlő: 0,94g	zsókalcium: 10,89	cukor: 1,99	szőlő: 0,94g	zsókalcium: 10,89
	FELVAGOTT, BAROMFI-PARIZSI MARGARIN EMMA KENYÉR (teljes kiőrlésű)	energia: 9,19	fehérje: 6,89	zsírtartalom: 5,09/0g	energia: 9,19	fehérje: 6,89	zsírtartalom: 5,09/0g	energia: 9,19	fehérje: 6,89	zsírtartalom: 5,09/0g	energia: 9,19	fehérje: 6,89	zsírtartalom: 5,09/0g	
		zsókalcium: 9,19	cukor: 1,39	szőlő: 0,92g	zsókalcium: 9,19	cukor: 1,39	szőlő: 0,92g	zsókalcium: 9,19	cukor: 1,39	szőlő: 0,92g	zsókalcium: 9,19	cukor: 1,39	szőlő: 0,92g	zsókalcium: 9,19
	Körözött tehénturóból tejföllel LIHAHAGYMA KENYÉR (FEHÉR HÁZI JELLEGŰ) tea, lipton zöldtea 1	energia: 10,89	fehérje: 10,89	zsírtartalom: 7,09/5g	energia: 10,89	fehérje: 10,89	zsírtartalom: 7,09/5g	energia: 10,89	fehérje: 10,89	zsírtartalom: 7,09/5g	energia: 10,89	fehérje: 10,89	zsírtartalom: 7,09/5g	
		zsókalcium: 10,89	cukor: 1,99	szőlő: 0,94g	zsókalcium: 10,89	cukor: 1,99	szőlő: 0,94g	zsókalcium: 10,89	cukor: 1,99	szőlő: 0,94g	zsókalcium: 10,89	cukor: 1,99	szőlő: 0,94g	zsókalcium: 10,89