

04

Étlap

2021. január 11 - 2021. január 17

2021.01.11 Hétfő	2021.01.12 Kedd	2021.01.13 Szerda	2021.01.14 Csütörtök	2021.01.15 Péntek	2021.01.16 Szombat	2021.01.17 Vasárnap
Fejtttableves füstölt kolbásszal, Burgonyás tészta, Őszibarack kompót E: 559kcal Tel.zsír.: 1,72g CH: 14,25g Só: 5,11g Zsír: 47,26g Feh.: 18,71g Cuk: g Ca: 12,79mg	Vegyes gyümölcsleves^{1,3,7}, Sült csirkemáj, Párolt rizs, Vegyesvágott E: 661kcal Tel.zsír.: 3,46g CH: 94,86g Só: 5,81g Zsír: 18,86g Feh.: 25,11g Cuk: 13,99g Ca: 81,63mg	Tarhonyaleves^{1,3,4,6}, Tökfőzelék^{1,7}, Fasírt (sertés)^{1,3,6} E: 652kcal Tel.zsír.: 3,99g CH: 59,55g Só: 5,91g Zsír: 32,61g Feh.: 29,06g Cuk: g Ca: 119,41mg	Zellerkrémleves^{1,3,7,8,9}, Rizseshús⁹ E: 551kcal Tel.zsír.: 4,66g CH: 51,20g Só: 3,67g Zsír: 22,23g Feh.: 33,34g Cuk: g Ca: 69,82mg	Tojásleves^{1,3,7}, Grill csirkemell csíkok^{1,3,7,9}, Sütőtökpüré, Tört burgonya E: 827kcal Tel.zsír.: 3,44g CH: 101,95g Só: 5,75g Zsír: 28,88g Feh.: 37,51g Cuk: g Ca: 143,55mg		
Energia: 558,82kcal Zsír: 47,26g Telített zsírsav: 1,72g Fehérje: 18,71g Szénhidrát: 14,25g Hozzáadott cukor: g Só: 5,11g Ca: 12,79mg	Energia: 660,53kcal Zsír: 18,86g Telített zsírsav: 3,46g Fehérje: 25,11g Szénhidrát: 94,86g Hozzáadott cukor: 13,99g Só: 5,81g Ca: 81,63mg	Energia: 652,15kcal Zsír: 32,61g Telített zsírsav: 3,99g Fehérje: 29,06g Szénhidrát: 59,55g Hozzáadott cukor: g Só: 5,91g Ca: 119,41mg	Energia: 550,79kcal Zsír: 22,23g Telített zsírsav: 4,66g Fehérje: 33,34g Szénhidrát: 51,20g Hozzáadott cukor: g Só: 3,67g Ca: 69,82mg	Energia: 827,16kcal Zsír: 28,88g Telített zsírsav: 3,44g Fehérje: 37,51g Szénhidrát: 101,95g Hozzáadott cukor: g Só: 5,75g Ca: 143,55mg	Energia: kcal Zsír: g Telített zsírsav: g Fehérje: g Szénhidrát: g Hozzáadott cukor: g Só: g Ca: mg	Energia: kcal Zsír: g Telített zsírsav: g Fehérje: g Szénhidrát: g Hozzáadott cukor: g Só: g Ca: mg

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

A változtatás jogát fenntartjuk!

Óvoda tej program keretében hétfőtől-csütörtökig napi 2dl 2,8% tejet biztosít az óvoda.