

04

Étlap

2021. július 26 - 2021. augusztus 1

2021.07.26 Hétfő	2021.07.27 Kedd	2021.07.28 Szerda	2021.07.29 Csütörtök	2021.07.30 Péntek	2021.07.31 Szombat	2021.08.01 Vasárnap
Gulyásleves, Szilvás gombóc töltelékes ^{1,3} E: 910kcal Zsír: 33,40g Tel.zsír.: 8,38g Feh.: 26,26g CH: 124,51g Cuk: g Só: 3,70g Ca: 14,61mg	Zöldbableves tejfölös ^{1,3,7} , Sült csirkecomb ^{1,3,4,6} , Rizibizi, Céklasaláta E: 781kcal Zsír: 28,29g Tel.zsír.: 4,01g Feh.: 35,23g CH: 93,15g Cuk: 4,00g Só: 4,73g Ca: 122,75mg	Tarhonyaleves ^{1,3,4,6} , Lencsefőzelék ^{1,7,10} , Lecsó kolbász E: 921kcal Zsír: 45,45g Tel.zsír.: 11,48g Feh.: 42,08g CH: 85,47g Cuk: 2,00g Só: 5,76g Ca: 177,89mg	Köménymagosleves levesgyönggyel, Lecsós sertésszelet, Hasáb burgonya E: 952kcal Zsír: 52,64g Tel.zsír.: 4,89g Feh.: 31,62g CH: 85,18g Cuk: g Só: 3,83g Ca: 41,29mg	Magyaros burgonyaleves, Rakott brokkoli ⁷ E: 595kcal Zsír: 34,61g Tel.zsír.: 3,46g Feh.: 24,47g CH: 42,00g Cuk: g Só: 3,83g Ca: 63,28mg		
Energia: 910,13kcal Zsír: 33,40g Telített zsírsav: 8,38g Fehérje: 26,26g Szénhidrát: 124,51g Hozzáadott cukor: g Só: 3,70g Ca: 14,61mg	Energia: 780,74kcal Zsír: 28,29g Telített zsírsav: 4,01g Fehérje: 35,23g Szénhidrát: 93,15g Hozzáadott cukor: 4,00g Só: 4,73g Ca: 122,75mg	Energia: 921,11kcal Zsír: 45,45g Telített zsírsav: 11,48g Fehérje: 42,08g Szénhidrát: 85,47g Hozzáadott cukor: 2,00g Só: 5,76g Ca: 177,89mg	Energia: 951,63kcal Zsír: 52,64g Telített zsírsav: 4,89g Fehérje: 31,62g Szénhidrát: 85,18g Hozzáadott cukor: g Só: 3,83g Ca: 41,29mg	Energia: 594,51kcal Zsír: 34,61g Telített zsírsav: 3,46g Fehérje: 24,47g Szénhidrát: 42,00g Hozzáadott cukor: g Só: 3,83g Ca: 63,28mg	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. Rákkfélék 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. Szezám-mag 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.