Kocsordi Gyöngyfüzér Óvoda

ÓVODA(4-6) - 0 | **2025.07.14 - 2025.07.18**

Étlap

Repeta Win Szoftver

29.hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
T	Limonádé Csirkemell sonka felvágott Flóra margarin 45%(2) Félbarna kenyér(1) Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)	Gyümölcs joghurt 125 gr(2) Kifli(1-2) Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)	Gyümölcstea Tojásrántotta(3) Félbarna kenyér(1) Allergének GLUTÉN(1)TOJÁS(3)	Tejes kávé(2-1) Vajas pogácsa(1-2-3) Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)TOJÁS(3)	Tej(2) Csirkemell sonka felvágott Vizes zsemle(1) Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 217 8 5 33 1,0 1 14	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 288 9 5 43 1,0 3 1	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 270 11 9 35 0,9 2 14	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 348 10 14 43 2,0 2 10	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 248 14 4 38 2,9 2 7
E	Halászlé (6) Telj.kiőrl.kenyér(1) Rakott túrós tészta(1-3-2) Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)HAL(6)TOJÁS(3)	Tejf. karfiolleves(1-2-4) Telj.kiőrl.kenyér(1) Párizsi sertésszelet(1-3) Kukoricás rizs Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)TOJÁS(3)ZELLER(4)	Fahéjas szilvaleves(1-3) Telj.kiőrl.kenyér(1) Brassói aprópecsenye Allergének GLUTÉN(1)TOJÁS(3)	Csirkehúsleves(4) Csipet tészta(1-3) Sült virsli Sárgaborsó főzelék(1-2) Telj.kiőrl.kenyér(1) Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)TOJÁS(3)ZELLER(4)	Tejf. zöldbableves(1-2-4) Telj.kiőrl.kenyér(1) Rizses hús Uborkasaláta Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)ZELLER(4)
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 578 27 14 83 2,1 6 20	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 761 27 35 80 2,0 7 5	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 858 25 40 90 1,8 8 26	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 747 34 36 62 2,7 8 4	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 641 25 23 81 2,1 5 15
U	Vajkrém natúr(2) Magvas kenyér(1) Görögdinnye Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)	Padlizsánkrém(4-3-10-2) Félbarna kenyér(1) Görögdinnye Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)TOJÁS(3)ZELLER(4)MUSTÁR(10)	Túró rudi 30 gr(2-8) Kifli(1-2) Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)SZÓJA(8)	Trappista sajt(2) Flóra margarin 45%(2) Félbarna kenyér(1) Görögdinnye Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)	Natúr sajtkrém(2) Magvas kenyér(1) Görögdinnye Allergének TEJ(2)GLUTÉN(1)
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 175 6 3 30 0,8 2 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 215 4 7 33 0,7 1 1	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 270 8 6 38 1,0 5 12	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 276 12 11 32 1,1 5 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 168 7 2 30 0,8 1 1

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !

A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk !

* T.Zs = Telített zsírsav

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk !

* jelölt étel édesítőt tartalmaz

Élelmezésvezető: .....

.....

.....