

Étlap (óvodások 3-6)

2022.05.02 - 2022.05.08

Hétfő 2022.05.02	Kedd 2022.05.03	Szerda 2022.05.04	Csütörtök 2022.05.05	Péntek 2022.05.06
<p>Tízórai</p> <p>Gyümölcs tea Húskrém Zsömlé</p> <p>E:1 364(Kj) 326(KCal) F: 7(g)Kol: 15(g)Sz: 40(g) Zsir: 5(g)Cuk: 20(g)Só:0,78(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Szójabab,Tej,Glutén,</p>	<p>Gyümölcs tea Löncshús Félbarna kenyér</p> <p>E:1 331(Kj) 318(KCal) F: 11(g)Kol: 45(g)Sz: 25(g) Zsir: 10(g)Cuk: 20(g)Só:0,90(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 10(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>	<p>Limonádé Vajkrém Félbarna kenyér</p> <p>E:1 262(Kj) 302(KCal) F: 5(g)Kol: 30(g)Sz: 26(g) Zsir: 6(g)Cuk: 30(g)Só:0,90(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 10(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>	<p>Kakaó Margarin Félbarna kenyér</p> <p>E:1 109(Kj) 265(KCal) F: 12(g)Kol: 28(g)Sz: 35(g) Zsir: 8(g)Cuk: 0(g)Só:0,98(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 238(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>	<p>Tej Kuglóf</p> <p>E: 462(Kj) 110(KCal) F: 7(g)Kol: 24(g)Sz: 13(g) Zsir: 3(g)Cuk: 10(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,</p>
<p>Ebéd</p> <p>Babgulyásleves Diós tészta Alma</p> <p>E:2 635(Kj) 630(KCal) F: 22(g)Kol: 43(g)Sz: 83(g) Zsir: 13(g)Cuk: 20(g)Só:1,31(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 20(mg) Allergén:Glutén,Zeller,</p>	<p>Tarhonya leves Tökfőzelék Bundás maci</p> <p>E: 715(Kj) 171(KCal) F: 5(g)Kol: 14(g)Sz: 24(g) Zsir: 5(g)Cuk: 0(g)Só:0,70(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 6(mg) Allergén:Tej,</p>	<p>Csont leves Temesvári tokány Tészta köret</p> <p>E:1 522(Kj) 364(KCal) F: 18(g)Kol: 49(g)Sz: 54(g) Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só:1,14(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 19(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>	<p>Meggy leves Húsrizottó</p> <p>E:1 823(Kj) 436(KCal) F: 12(g)Kol: 7(g)Sz: 60(g) Zsir: 3(g)Cuk: 28(g)Só:5,01(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 5(mg) Allergén:Tej,</p>	<p>Zöldborsó leves Sültcsirke-comb Burgonya köret</p> <p>E:1 983(Kj) 474(KCal) F: 33(g)Kol: 9(g)Sz: 64(g) Zsir: 6(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 23(mg) Allergén:Glutén,</p>
<p>Uzsonna</p> <p>Olasz felvágott Margarin Félbarna kenyér</p> <p>E: 948(Kj) 227(KCal) F: 8(g)Kol: 29(g)Sz: 24(g) Zsir: 10(g)Cuk: 0(g)Só:0,98(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 10(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>	<p>Mogyorókrém Félbarna kenyér</p> <p>E:1 129(Kj) 270(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 38(g) Zsir: 10(g)Cuk: 0(g)Só:0,90(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 10(mg) Allergén:Diófélék,Tej,Glutén,</p>	<p>Körözött Félbarna kenyér</p> <p>E: 655(Kj) 157(KCal) F: 8(g)Kol: 10(g)Sz: 25(g) Zsir: 3(g)Cuk: 0(g)Só:0,91(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 10(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>	<p>Margarin Méz Félbarna kenyér</p> <p>E: 923(Kj) 221(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 44(g) Zsir: 3(g)Cuk: 0(g)Só:0,98(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 10(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>	<p>Joghurt Kifli</p> <p>E: 802(Kj) 192(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 31(g) Zsir: 4(g)Cuk: 0(g)Só:0,72(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 9(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>