

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
07 Óvoda tízórai	Limonádé (házi) Sajtkrém zsemle tk.	Banánital (shake) tejjel Kifli fatörzs	tea Szalámis zsemle	tej 2,8%-os KIFLI ROZSOS	Limonádé (házi) Felvágott zsemle
	energia: 2949Kcal/12338 szénhidrát: 592,3g fehérje: 97,3g cukor: 23,1g zsír/telített: 11,0g/0g só: 1,96g	energia: 179Kcal/748KJ szénhidrát: 20,6g fehérje: 6,8g cukor: 10,0g zsír/telített: 7,2g/0g só: 0,22g	energia: 374Kcal/1563KJ szénhidrát: 50,8g fehérje: 10,3g cukor: 20,8g zsír/telített: 10,2g/0g só: 0,15g	energia: 262Kcal/1098KJ szénhidrát: 36,6g fehérje: 10,8g cukor: 0,0g zsír/telített: 8,2g/0g só: 0,78g	energia: 349Kcal/1460KJ szénhidrát: 52,8g fehérje: 10,2g cukor: 23,1g zsír/telített: 7,4g/0g só: 0,13g
08 Óvoda ebéd	Karalábéleves 1. Gombás sertésragu 1. Tésztaköret 1. kenyér vekni	Olasz zöldségleves (Minestrone) 1. Sült csirkecomb 1. Petrezselymes burgonya 1. savanyúság vegyes vágott (csalamádé)	Csirkeragu leves 1. Rakott cukkini 1. kenyér vekni	Rizsleves 1. Zöldbabfőzelék 1. Vagdalt pogácsa sertéshúsból 1 kenyér vekni	Gulyásleves 1. Lekváros gombóc 1. SZILVA kenyér vekni
	energia: 826Kcal/3456KJ szénhidrát: 55,6g fehérje: 24,2g cukor: 4,2g zsír/telített: 18,9g/4g só: 4,94g	energia: 1181Kcal/4941KJ szénhidrát: 112,3g fehérje: 46,7g cukor: 1,8g zsír/telített: 21,8g/3g só: 6,20g	energia: 1079Kcal/4515KJ szénhidrát: 77,1g fehérje: 37,2g cukor: 1,2g zsír/telített: 30,6g/3g só: 4,82g	energia: 1631Kcal/6825KJ szénhidrát: 96,6g fehérje: 32,8g cukor: 1,4g zsír/telített: 60,5g/3g só: 4,61g	energia: 832Kcal/3481KJ szénhidrát: 80,2g fehérje: 20,5g cukor: 15,4g zsír/telített: 14,3g/3g só: 3,23g
09 Óvoda uzsonna	Halpástétomos kenyér UBORKA	Felvágott kenyér tk. paprika tv	Padlizsánkrém kenyér tk. PARADICSOM	Margarinos-mézes kenyér	Trappista sajtos kenyér tk. paprika kápia
	energia: 193Kcal/808KJ szénhidrát: 35,1g fehérje: 6,3g cukor: 0,0g zsír/telített: 2,6g/0g só: 1,24g	energia: 335Kcal/1402KJ szénhidrát: 33,7g fehérje: 12,7g cukor: 0,0g zsír/telített: 9,8g/0g só: 0,99g	energia: 324Kcal/1357KJ szénhidrát: 34,3g fehérje: 7,0g cukor: 0,0g zsír/telített: 17,4g/0g só: 2,85g	energia: 292Kcal/1222KJ szénhidrát: 42,4g fehérje: 5,9g cukor: 8,0g zsír/telített: 10,5g/0g só: 1,23g	energia: 302Kcal/1265KJ szénhidrát: 35,0g fehérje: 11,3g cukor: 0,0g zsír/telített: 8,3g/0g só: 0,92g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g só: 0,00g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g só: 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g só: 0,00g