

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
07 Óvoda tízórai	Limonádé (házi) Felvágottas zsemle Tk.	Tejeskávé KIFLI (SÓS V. TEJES)	tea Májkrémes zsemle Tk.	Málnás tej ital Kifli fatörzs	Limonádé (házi) Szalámis zsemle tk.
	energia: 3001Kcal/12558 szénhidrát: 592,0g fehérje: 99,9g cukor: 23,1g zsír/telített só.: 13,0g/0g 1,49g	energia: 651Kcal/2725KJ szénhidrát: 105,8g fehérje: 17,4g cukor: 20,0g zsír/telített só.: 9,7g/0g 1,82g	energia: 2999Kcal/12547 szénhidrát: 590,2g fehérje: 100,6g cukor: 20,8g zsír/telített só.: 15,7g/0g 2,36g	energia: 211Kcal/882KJ szénhidrát: 28,6g fehérje: 6,8g cukor: 18,0g zsír/telített só.: 7,2g/0g 0,22g	energia: 380Kcal/1591KJ szénhidrát: 52,8g fehérje: 10,3g cukor: 23,1g zsír/telített só.: 10,2g/0g 0,15g
08 Óvoda ebéd	Daragaluska leves 1. Mexikói tokány 1 Párolt rizs 1. kenyér vekni	Magyaros zöldborsóleves 1. Burgonyafőzelék 1. Sült tarja 1. kenyér vekni	Hideg Gyümölcsleves görög 1. Rakott karfiol 1. kenyér vekni	Tojásleves 1. Tarhonyásburgonya hússal 1. savanyúság csemege uborka kenyér vekni	Jókai bableves 1. Mákos metélt 1. ALMA kenyér vekni
	energia: 856Kcal/3582KJ szénhidrát: 90,9g fehérje: 31,2g cukor: 2,6g zsír/telített só.: 24,0g/3g 4,77g	energia: 1812Kcal/7580KJ szénhidrát: 105,2g fehérje: 20,6g cukor: 1,2g zsír/telített só.: 26,2g/3g 5,29g	energia: 706Kcal/2954KJ szénhidrát: 57,8g fehérje: 25,5g cukor: 3,8g zsír/telített só.: 16,0g/3g 2,74g	energia: 1650Kcal/6905KJ szénhidrát: 156,4g fehérje: 41,0g cukor: 0,2g zsír/telített só.: 23,4g/3g 4,24g	energia: 1249Kcal/5227KJ szénhidrát: 137,6g fehérje: 44,2g cukor: 29,1g zsír/telített só.: 44,4g/3g 7,78g
09 Óvoda uzsonna	Vajkrémes kenyér magyaros PARADICSOM	Lekváros kenyér	Tepertőkrémes kenyér UBORKA	Felvágottas kenyér tk. paprika tv	KIFLI, KÖRPIKES (25G/DB) SAJT, KÖRPIKES (25G/DB)
	energia: 207Kcal/865KJ szénhidrát: 36,3g fehérje: 6,3g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 3,4g/0g 1,23g	energia: 187Kcal/783KJ szénhidrát: 34,3g fehérje: 5,8g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 2,5g/0g 1,23g	energia: 358Kcal/1500KJ szénhidrát: 35,1g fehérje: 8,7g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 19,2g/0g 1,24g	energia: 335Kcal/1402KJ szénhidrát: 33,7g fehérje: 12,7g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 9,8g/0g 0,99g	energia: 170Kcal/713KJ szénhidrát: 489,9g fehérje: 107,5g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 21,3g/0g 0,51g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g
	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g	energia: 0Kcal/0KJ szénhidrát: 0,0g fehérje: 0,0g cukor: 0,0g zsír/telített só.: 0,0g/0g 0,00g