win MENZA

46. hét 2026.11.09. - 2026.11.13. H - P

Oldal: 1

Tulajdonos: [DAKTT KOORDINÁCIÓS KÖZPONT] - 6720 Szeged, Széchenyi tér 5.

2026.11.09. 11:54:02

37/2014 (IV.30) EMMI rendelet alapján a tápanyagértékek 1 adagra értendőek!

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
07 Óvoda tízórai	tea Péksütemény Pizzás csiga	Kakaós ital KIFLI PEREC	tea Vajkrémes zsemle magyaros	tej 2,8%-os Gabonapárna mézes karika 30g/db	tea Felvágottas zsemle
	energia: 84KCal/350KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 20,1g cukor: 20,8g só.: 0,00g	energia: 234KCal/980KJ fehérje: 7,7g zsír/telített 8,0g/0g szénhidrát: 31,9g cukor: 20,0g só.: 0,23g	energia: 240KCal/1005KJ fehérje: 5,3g zsír/telített 1,2g/0g szénhidrát: 50,9g cukor: 20,8g só.: 0,05g	energia: 139KCal/580KJ fehérje: 6,8g zsír/telített 7,2g/0g szénhidrát: 10,6g cukor: 0,0g só.: 0,22g	energia: 342KCal/1432KJ fehérje: 10,2g zsír/telített 7,4g/0g szénhidrát: 50,8g cukor: 20,8g só.: 0,13g
08 Óvoda ebéd	Gombakrémleves 1. Rizseshús 1. Őszibarack befőtt 5/1-es kenyér vekni	Daragaluska leves 1. Zöldborsófőzelék 1. Rántott csirkemell filé 1. kenyér vekni	Burgonyaleves 1. Székelykáposzta 1. kenyér vekni	Sertésragu leves 1. Chilis bab 1. kenyér vekni	Jókai bableves 1. Mákos metélt 1. KÖRTE kenyér vekni
	energia: 1183KCal/4952K fehérje: 26,6g zsír/telített 19,3g/3g szénhidrát: 93,4g cukor: 0,5g só.: 4,16g	energia: 1393KCal/5827K fehérje: 45,2g zsír/telített 67,8g/3g szénhidrát: 120,6g cukor: 21,0g só.: 5,19g	energia: 1578KCal/6600K fehérje: 27,8g zsír/telített 22,9g/3g szénhidrát: 84,4g cukor: 1,0g só.: 7,62g	energia: 1081KCal/4522K fehérje: 45,9g zsír/telített 26,7g/3g szénhidrát: 91,3g cukor: 1,7g só.: 5,48g	energia: 1247KCal/5217KJ fehérje: 44,3g zsír/telített 44,1g/3g szénhidrát: 138,3g cukor: 24,2g só.: 7,78g
09 Óvoda uzsonna	Felvágottas kenyér tk. RETEK hónapos	Szalámis kenyér Tk. UBORKA	Körözöttes kenyér tk.házi paprika kápia	Tepertőkrémes kenyér tk.	Trappista sajtos kenyér tk. PARADICSOM
	energia: 476KCal/1990KJ fehérje: 24,1g zsír/telített 10,7g/0g szénhidrát: 54,2g cukor: 0,0g só.: 2,47g	energia: 340KCal/1421KJ fehérje: 11,0g zsír/telített 12,3g/0g szénhidrát: 33,2g cukor: 0,0g só.: 1,32g	energia: 262KCal/1095KJ fehérje: 13,9g zsír/telített 4,6g/0g szénhidrát: 37,0g cukor: 0,0g só.: 1,82g	energia: 340KCal/1422KJ fehérje: 8,9g zsír/telített 18,3g/0g szénhidrát: 32,2g cukor: 0,0g só.: 0,82g	energia: 299KCal/1251KJ fehérje: 11,1g zsír/telített 8,4g/0g szénhidrát: 34,6g cukor: 0,0g só.: 0,93g
	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g
	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g

Jó étvágyat kívánunk! A változtatás jogát fenntartjuk.