

FELNŐTT - F

Készült: "Repeta Win" szoftver-rel

H É T F Ő

K E D D

S Z E R D A

C S Ü T Ö R T Ö K

P É N T E K



T	<u>Allergének</u>								<u>Allergének</u>								<u>Allergének</u>								<u>Allergének</u>								<u>Allergének</u>							
g																																								
E	PARADICSOMLEVES RAKOTT HÚSOS SPAGETTI ALMA								HÚSLEVES (SERTÉSHÚSBÓL) FŐTT HÚS FŐTT BURGONYA SÓSKASZÓSZ								BROKKOLI LEVES RANTOTT KACSAMAJ ZÖLDBORSÓS KUSZKUSZ KÁPOSZTASALÁTA								ZÖLDBABLEVES TEJFÖLŐS PAPRIKÁS BURGONYA KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ VEGYES VÁGOTT SAVANYÚ								KÖMÉNYPAGLEVES PIRÍTOTT ZSEMLEKOCKA MEDITERÁN SÜLT CSIRKECOMB GOMBAMARTAS PETREZSELYMES RIZS CSEMEGE UBORKA							
g	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER								<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR								<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR								<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA								<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR							
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c	902 30 33 109 7,0 14 73	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c	783 47 22 89 3,0 6 69	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c	541 33 21 53 4,1 6 37	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c	815 19 30 108 6,7 5 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c	976 50 44 88 6,0 8 2																														
U	<u>Allergének</u>								<u>Allergének</u>								<u>Allergének</u>								<u>Allergének</u>								<u>Allergének</u>							
g																																								

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.
A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat, melyért elnézést kérünk!

* T.Zs = Telített zsírsav

Ételmezésvezető:.....

Diétás étkeztetést nem vállalunk!

.....

* H.c = Hozzáadott cukor

.....

ÓVODA - Ó

É T L A P

2017.03.20 - 2017.03.24

12.hét

Készült: "Repeta Win" szoftver-rel



H É T F Ő

K E D D

S Z E R D A

C S Ū T Ő R T Ő K

P É N T E K

	GYÜMÖLCS TEA FŐTT TOJÁS KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ DELMA - JOGHURTOS	TEJ KALÁCS DELMA - JOGHURTOS	LIMONÁDÉ SONKA-CSIRKEMELL ZÖLDSÉGES FELVÁGOTT SZEZÁMOS ZSEMLE DELMA - JOGHURTOS FEJESSALÁTA	KAKAO KIFLI-SAJTOS DELMA - JOGHURTOS	GYÜMÖLCS TEA HALKRÉM KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ
T	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA TOJÁS	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA SZEZÁMMAG MUSTÁR	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN HAL SZÓJA
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 197 7 3 33 0,7 1 33	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 251 7 5 28 0,4 3 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 351 15 7 59 2,2 2 67	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 176 7 4 27 0,4 2 20	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 276 8 12 33 0,7 5 33
E	PARADICSOMLEVES RAKOTT HÚSOS SPAGETTI ALMA <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS	HÚSLEVES (SERTÉSHÚSBÓL) FŐTT HÚS FŐTT BURGONYA SÓSKASZÓZ <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR	BROKKOLI LEVES RANTOTT KACSAMAJ ZÖLDBORSÓS KUSZKUSZ KÁPOSZTASÁLATA <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR	ZÖLDBABLEVES TEJFÖLŐS PAPRIKÁS BURGONYA KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ VEGYES VÁGOTT SAVANYÚ <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA TOJÁS ZELLER	KÖMÉNYMAGLEVES PIRÍTOTT ZSEMLEKOCKA MEDITERÁN SÜLT CSIRKECOMB PETREZSELYMES RIZS GOMBAMARTAS CSEMEGE UBORKA <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 609 20 23 73 4,4 10 49	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 565 32 17 64 2,4 4 69	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 573 25 22 64 3,6 6 24	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 426 11 12 64 4,4 3 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 602 34 24 57 3,6 5 1
U	MIZO FLÖRT RÉTEGES JOGHURT KIFLI <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN	SAJTKRÉM BÚZAKORPÁS DIÁKRÚD ALMA <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN	SAJT-SZELETELT KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ DELMA - JOGHURTOS <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA	KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ DELMA - JOGHURTOS SONKA-SZENDVICS PAPRIKA PRITAMIN <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA MUSTÁR	TEJ KIFLI DELMA - JOGHURTOS <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 366 10 9 60 0,8 6 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 353 10 11 50 0,9 6 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 229 14 4 28 0,7 0 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 225 17 5 27 2,0 2 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 243 9 4 43 0,7 2 0

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.
A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat, melyért elnézést kérünk!

* T.Zs = Telített zsírsav

Diétás étkeztetést nem vállalunk!

* H.c = Hozzáadott cukor

Ételmezésvezető:

Kovács Károlyné

Kovács Károlyné

Kovács Károlyné

ÁLT. ISK. - A

É T L A P

2017.03.20 - 2017.03.24

12.hét

Készült: "Repeta Win" szoftver-rel

H É T F Ő

K E D D

S Z E R D A

C S Ü T Ö R T Ö K

P É N T E K

T	GYÜMÖLCS TEA FŐTT TOJÁS KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ DELMA - VITAMINOZOTT	TEJ KALÁCS DELMA - JOGHURTOS	LIMONÁDÉ SNIDLINGES CSIRKEMELL SONKA SZEZÁMOS ZSEMLE DELMA - JOGHURTOS FEJESSALATA RETEK	KAKAÓ KIFLI-SAJTOS DELMA - JOGHURTOS	GYÜMÖLCS TEA HALKRÉM KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ
	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA TOJÁS	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA SZEZÁMMAG MUSTÁR	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN HAL SZÓJA
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 291 11 6 45 0,9 2 41	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 366 6 6 42 0,5 3 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 373 16 5 64 2,1 1 81	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 184 5 3 33 0,6 1 20	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 343 10 12 45 0,9 5 41
E	PARADICSOMLEVES RAKOTT HÚSOS SPAGETTI ALMA	HÚSLEVES (SERTÉSHÚSBÓL) FŐTT HÚS FŐTT BURGONYA SÓSKASZÓZ	BROKKOLI LEVES RANTOTT KACSAMAJ ZÖLDBORSÓS KUSZKUSZ KÁPOSZTASALÁTA	ZÖLDBABLEVES TEJFÖLŐS PAPRIKÁS BURGONYA KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ VEGYES VÁGOTT SAVANYÚ	KÖMÉNYMAGLEVES PIRÍTOTT ZSEMLEKOCKA MEDITERÁN SÜLT CSIRKECOMB GOMBAMARTAS PETREZSELYMES RIZS CSEMEGE UBORKA
	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 901 30 33 108 7,0 14 73	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 735 44 21 83 3,0 5 69	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 756 33 28 87 4,2 8 33	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 627 16 18 93 6,3 4 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 933 52 41 81 5,5 8 2
U	SAJTKRÉM KIFLI ALMA	ZÖLDHAGYÁS TEJSZINKRÉMKRÉM KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ ALMA	SAJT-SZELETTELT KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ DELMA - JOGHURTOS ALMA	SONKA-SZENDVICS KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ DELMA - JOGHURTOS PAPRIKA PRITAMIN	TEJ KIFLI DELMA - JOGHURTOS
	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA MUSTÁR	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 421 10 18 53 0,9 9 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 311 7 7 51 1,0 4 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 348 16 4 53 0,9 0 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 276 19 5 37 2,2 2 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 187 5 2 37 0,6 1 0

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.
A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat, melyért elnézést kérünk!

* T.Zs = Telített zsírsav

Ételmezésvezető:.....

Diétás étkeztetést nem vállalunk!

* H.c = Hozzáadott cukor

.....