

FELNŐTT - F

É T L A P

2017.03.27 - 2017.03.31

13.hét

Készült: "Repeta Win" szoftver-rel

H É T F Ő

K E D D

S Z E R D A

C S Ű T Ő R T Ő 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	BURGONYALEVES - KŐLESES VADASRAGU CSÍRKEMELLBŐL DURUMTÉSZTA ALMA								DARAGALUSKA-LEVES TOLTOTT CSIRKECOMB BURGONYAPÜRÉ VITAMINSALÁTA								HÚSGOMBÓCLEVES KÁPOSZTÁS TÉSZTA BANÁN								KARFIOLLEVES TEJFŐLŐS SPENÓTOS HALFILE RIZS - BARNA ZÖLDSÉGKÖRET CSEMEGE UBORKA								LEBBENCSELEVES SERTÉSPÖRKÖLT FEJTETT BABFŐZELÉK ALMA							
	<u>Allergének</u>								<u>Allergének</u>								<u>Allergének</u>								<u>Allergének</u>								<u>Allergének</u>							
	TEJ GLUTÉN MUSTÁR								TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR								TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR								TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR								TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR							
g	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	H.c	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	H.c	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	H.c	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	H.c	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	H.c					
	895	39	26	120	6,2	6	28	761	41	25	85	7,2	7	41	875	26	26	133	4,9	4	16	977	34	41	113	7,2	14	0	919	40	39	95	5,3	8	16					
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

Kovács Katalin

Kovács Katalin

Kovács Katalin

ÓVODA - O

É T L A P

2017.03.27 - 2017.03.31

13.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

	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
T	IVÓLÉ 100 % ZÖLDSÉGES FELVÁGOTT KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ DELMA - JOGHURTOS PAPRIKA TV <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA	KAKAÓ BRIÓS <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS	TEA KACSAMÁJ PÁSTÉTOM KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ PARADICSOM <u>Allergének</u> GLUTÉN SZÓJA	TEJ GABONAPEHELY <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA MOGYORÓ	GYÜMÖLCS TEA TOJASRANTOTTA KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ <u>Allergének</u> GLUTÉN SZÓJA
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 206 6 4 38 1,1 1 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 259 8 6 42 0,4 3 20	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 237 4 1 51 0,7 0 102	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 134 5 3 23 0,3 1 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 162 4 1 33 0,7 0 33
E	BURGONYALEVES - KÖLESES VADASRAGU CSIRKEMELLBŐL DURUMTÉSZTA ALMA <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN MUSTÁR	DARAGALUSKA-LEVES TOLTOTT CSIRKECOMB BURGONYAPÜRÉ VITAMINSALÁTA ALMA <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR	HÚSGOMBÓCLEVES KÁPOSZTÁS TÉSZTA BANÁN <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR	KARFIOLLEVES TEJFÖLŐS SPENÓTOS HALFILE RIZS - BARNA ZÖLDSÉGKÖRET - FÉLADAG CSEMEGE UBORKA <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR	LEBBENSLEVES SERTÉSPÖRKÖLT FEJTETT BABFŐZELÉK KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ ALMA <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA TOJÁS ZELLER MUSTÁR SO2
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 551 27 12 81 3,7 2 5	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 540 25 16 68 4,7 4 24	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 666 21 17 107 3,2 3 10	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 569 22 25 60 4,1 9 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 725 32 23 91 3,6 5 8
U	JOGHURT GYÜMÖLCSÖS DANON GRAHAM KIFLI <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN	SZENDVICSTURO MAGYAROS KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA	TEJBEŒ RIZS MESEFITT-KEKSZ <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA MOGYORÓ	ZÖLDFŪSZERES VAJKRÉM KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ RETEK <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA	SAJT-SZELETELT KORPÁS ZSEMLE DELMA - VITAMINOZOTT KIWI <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 143 4 1 28 0,0 1 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 144 5 2 25 0,7 1 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 449 10 8 81 0,8 2 107	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 139 5 1 26 0,7 1 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 345 17 4 52 0,7 0 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: Kovácsné

Diétás étkeztetést nem vállalunk!

Kovácsné

* H.c = Hozzáadott cukor

Kovácsné

ÁLT. ISK. - A

É T L A P

2017.03.27 - 2017.03.31

13. 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

	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	JOGHURT GYÜMÖLCSÖS DANON KIFLI <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN	TEJITAL BRIÓS <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS	TEJBEN RIZS MESEFITT-KEKSZ <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA MOGYORÓ	TEJ GABONAPEHELY <u>Allergének</u> GLUTÉN SZÓJA MOGYORÓ	GYÜMÖLCS TEA TOJASRANTOTTA KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ <u>Allergének</u> GLUTÉN SZÓJA
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 187 5 2 37 0,6 1 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 163 3 3 30 0,3 2 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 660 15 12 119 1,2 3 146	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 63 1 1 14 0,2 0 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 221 6 1 45 0,9 0 41
E	BURGONYALEVES - KÖLESES VADASRAGU CSÍRKEMELLBŐL DURUMTESZTA ALMA <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN MUSTÁR	DARAGALUSKA-LEVES TOLTOTT CSIRKECOMB BURGONYAPÜRÉ VITAMINSALÁTA <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR	HÚSGOMBÓCLEVES KÁPOSZTÁS TÉSZTA BANÁN <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR	KARFIOLLEVES TEJFÖLÖS SPENÓTOS HALFILE RIZS - BARNÁ ZÖLDSÉGKÖRET - FÉLADAG CSEMEGE UBORKA <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR	LEBBENCSSLEVES SERTÉSPÖRKÖLT FEJTETT BABFŐZELÉK KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ ALMA <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA TOJÁS ZELLER MUSTÁR
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 764 37 19 106 5,6 4 8	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 693 35 23 79 6,9 6 33	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 809 25 24 124 4,6 4 16	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 811 31 36 86 5,8 12 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 1090 45 39 130 6,2 9 16
U	KACSAMÁJ PÁSTÉTOM KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ PAPRIKA TV <u>Allergének</u> GLUTÉN SZÓJA	SNIDLINGES CSIRKEMELL SONKA KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ DELMA - VITAMINOZOTT PAPRIKA TV <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA MUSTÁR	KOCKASAJT CIKK 6 KIFLI ALMA <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN	ZÖLDFÜSZERES VAJKRÉM KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ RETEK <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA	SAJT-SZELETETLT KORPÁS ZSEMLE KIWI <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 182 6 1 35 0,9 0 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 222 11 3 36 1,5 1 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 440 12 16 61 1,3 10 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 192 6 1 36 1,0 1 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 343 17 4 52 0,7 0 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: Kovács Katalin

Diétás étkeztetést nem vállalunk!

* H.c = Hozzáadott cukor

Kovács Katalin