

ÓVODA - O

É T L A P

2017.02.13 - 2017.02.17

7.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 Ő K

P É N T E K

T	GYÜMÖLCS TEA KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ VAJKRÉM PAPRIKA PRITAMIN <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA	TEJ GABONAPEHELY <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA MOGYORÓ	IVÓLÉ 100 % SERTÉS PÁRIZSI ROSTBAN GAZDAG FIBRE ZSEMLE DELMA LIGHT FEJESSALÁTA UBORKA FRISS <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA MUSTÁR	TEJESKÁVÉ KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ SAJTKRÉM <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA	GYÜMÖLCS TEA TOJASRANTOTTA KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ <u>Allergének</u> GLUTÉN SZÓJA
	g	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 57 1 1 11 0,1 0 33	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 335 11 7 53 1,7 2 26	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 183 4 11 18 0,2 5 61
E	DARAGALUSKA-LEVES CSIRKEMELL-FALATKÁK FINOMFŐZELÉK KENYÉR - FŐZELÉKHEZ <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA TOJÁS ZELLER MUSTÁR	TAVASZI LEVES SÜLT CSIRKECOMB-KETCHUPOS HAGYMÁS BURGONYA VEGYES VÁGOTT SAVANYÚ <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR	MAGYAROS BURGONYAKRÉMLEVES HALGALUSKA LEVESBETÉT TÚRÓGOMBÓC BANÁN <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER	KÖMÉNYPAGLEVES PIRÍTOTT ZSEMLEKOCKA ZSÓRI SZELET PULYKAMELLBŐL RIZS - BARNA PAROLT SARGAREPA ŐSZIBARACK BEFÓTT <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR	CSONTLEVES TOLTOTT KAPOSZTA KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA TOJÁS ZELLER
	g	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 316 22 11 26 2,4 2 12	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 460 36 12 45 3,2 2 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 842 38 24 116 2,9 9 61	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 598 27 22 68 5,3 2 0
U	KIFLI KOCKASAJT CIKK 6 KIWI <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN	ZÖLDSÉGES FELVÁGOTT KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ DELMA LIGHT <u>Allergének</u> GLUTÉN SZÓJA	KACSAMÁJ PÁSTÉTOM KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ RETEK <u>Allergének</u> GLUTÉN SZÓJA	VANILIÁS TÚRÓKRÉM KIFLI <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN	JOGHURT GYÜMÖLCSÖS KIFLI <u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN
	g	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 440 13 16 60 1,3 10 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 48 2 5 3 0,6 2 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 12 1 0 2 0,1 0 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 246 9 5 40 0,7 2 8

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: Kóvós Koldi

Diétás étkeztetést nem vállalunk!

Kóvós Koldi

* H.c = Hozzáadott cukor

Kóvós Koldi

ÁLT. ISK. - A

É T L A P

2017.02.13 - 2017.02.17

7. 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

T	GYŰMÖLCS TEA VAJKRÉM KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ PAPRIKA PRITAMIN	TEJ GABONAPEHELY	IVÓLÉ 100 % SERTÉS PÁRIZSI ROSTBAN GAZDAG FIBRE ZSEMLE DELMA LIGHT FEJESSALATA UBORKA FRISS	TEJESKÁVÉ KIFLI-SAJTOS DELMA LIGHT	
	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA	<u>Allergének</u> GLUTÉN SZÓJA MOGYORÓ	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA MUSTÁR	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN	<u>Allergének</u>
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 72 1 1 14 0,1 0 41	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 383 14 8 59 2,0 2 41	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 371 11 7 63 0,8 4 102	
E	DARAGALUSKA-LEVES CSIRKEMELL-FALATKÁK FINOMFŐZELÉK KENYÉR - FŐZELÉKHEZ	TAVASZI LEVES SÜLT CSIRKECOMB-KETCHUPOS HAGYMÁS BURGONYA VEGYES VÁGOTT SAVANYÚ	MAGYAROS BURGONYAKRÉMLEVES HALGALUSKA LEVESBETÉT TÚRÓGOMBÓC BANÁN	KÖMÉNYMAGLEVES PIRÍTOTT ZSEMLEKOCKA ZSÓRI SZELET PULYKAMELLBŐL RIZS - BARNA PAROLT SARGAREPA ŐSZIBARACK BEFŐTT	
	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA TOJÁS ZELLER MUSTÁR	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR	<u>Allergének</u> GLUTÉN HAL TOJÁS ZELLER	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR	<u>Allergének</u>
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 466 30 17 40 3,7 2 20	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 644 44 17 69 4,6 3 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 1148 44 32 165 3,9 3 81	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 857 37 34 94 7,5 3 0	
U	DELMA LIGHT KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ SAJT-SZELETELT	ZÖLDSÉGES FELVÁGOTT KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ DELMA LIGHT	KACSAMÁJ PÁSTÉTOM KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ RETEK	FŐTT TOJÁS KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ DELMA LIGHT	
	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA	<u>Allergének</u> GLUTÉN SZÓJA	<u>Allergének</u> GLUTÉN SZÓJA	<u>Allergének</u> GLUTÉN SZÓJA TOJÁS	<u>Allergének</u>
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 128 10 5 5 0,1 1 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 57 3 5 4 0,7 2 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 16 1 0 3 0,1 0 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 96 6 6 3 0,1 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

Ételmezésvezető: Kovács Katalin

Diétás étkeztetést nem vállalunk!

Kovács Katalin

* H.c = Hozzáadott cukor

Kovács Katalin

FELNŐTT - F

É T L A P

2017.02.13 - 2017.02.17

7.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	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>
g					
E	DARAGALUSKA-LEVES CSIRKEMELL-FALATKÁK FINOMFŐZELÉK KENYÉR - FŐZELÉKHEZ	TAVASZI LEVES SÜLT CSIRKECOMB-KETCHUPOS HAGYMÁS BURGONYA VEGYES VÁGOTT SAVANYÚ	MAGYAROS BURGONYAKRÉMLEVES HALGALUSKA LEVESBETÉT TÚRÓGOMBÓC BANÁN	KÖMÉNYPAGLEVES PIRÍTOTT ZSEMLEKOCKA ZSÓRI SZELET PULYKAMELLBŐL RIZS - BARNA PAROLT SARGAREPA ÖSZIBARACK BEFŐTT	CSONTLEVES TÖLTÖTT KÁPOSZTA KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ
g	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA TOJÁS ZELLER MUSTÁR	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN HAL TOJÁS ZELLER	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN TOJÁS ZELLER MUSTÁR	<u>Allergének</u> TEJ GLUTÉN SZÓJA TOJÁS ZELLER
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 475 32 17 41 3,7 2 20	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 617 40 16 69 4,6 3 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 1028 55 28 135 4,1 11 81	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 982 39 38 113 8,3 3 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs H.c 603 24 34 45 9,5 6 0
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: Kovács Katalin

Diétás étkeztetést nem vállalunk!

Kovács Katalin

* H.c = Hozzáadott cukor

Kovács Katalin