

<i>Bölcsődés</i> (1-3 év)	<i>Hétfő</i> 2024.10.07.	<i>Kedd</i> 2024.10.08.	<i>Szerda</i> 2024.10.09.	<i>Csütörtök</i> 2024.10.10.	<i>Péntek</i> 2024.10.11.
<i>Reggeli</i>	-Tej (L) -Kenőmájas -Teljes kiőrlésű kenyér (G) -Zöldpaprika S:1,3, E:223,0, ZS:4,4, T:2,4, F:9,9, CH:34,5, C:7,1, Ca:148,2	-Tea -Teavaj (L) -Csirkemell sonka -Vizes zsemle (G) -Sárgarépa S:0,9, E:259,0, ZS:7,1, T:4,3, F:8,7, CH:39,0, C:5,4, Ca:29,1	-Karamellás tej (L) -Vajas croissant (G, L, T, O) S:7,8, E:516,0, ZS:29,6, T:4,4, F:16,4, CH:45,2, C:11,1, Ca:144,0	-Tea -Margarin (L) -Bécsi felvágott -Félbarna kenyér (G) -Kígyóuborka S:1,2, E:239,0, ZS:8,2, T:2,4, F:8,3, CH:32,2, C:5,9, Ca:8,6	-Gyümölcs joghurt (L) -Császárszemle (G, S) S:1,3, E:295,0, ZS:8,2, T:4,2, F:8,6, CH:45,9, C:19,6, Ca:150,0
<i>Tízórai</i>	-Almalé S:0,0, E:69,0, ZS:0,2, T:0,0, F:0,2, CH:16,5, C:13,5, Ca:0,0	-Banán turmix (L) S:0,1, E:276,0, ZS:2,9, T:1,9, F:3,7, CH:16,8, C:4,7, Ca:175,0	-Körte S:0,0, E:73,0, ZS:0,4, T:0,0, F:0,6, CH:16,8, C:0,0, Ca:22,4	-Zabkeksz S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0	-Szilva S:0,0, E:81,0, ZS:0,7, T:0,0, F:1,0, CH:18,3, C:0,0, Ca:0,0
<i>Ebéd</i>	-Rántott csirkemell filé (G, T) -Zöldborsófőzelék (G, L) S:2,4, E:307,0, ZS:7,5, T:1,7, F:24,5, CH:32,7, C:6,3, Ca:87,7	-Sertéspörkölt -Főtt tészta (G, T) -Csemege uborka S:2,3, E:313,0, ZS:7,4, T:0,6, F:17,1, CH:43,5, C:4,1, Ca:1,5	-Csirkehúsleves (G, T) -Rizsfelfűjt (L, T, G) -Alma S:2,0, E:359,0, ZS:6,1, T:3,1, F:13,9, CH:60,9, C:15,7, Ca:166,1	-Lecsó S:1,0, E:113,0, ZS:5,9, T:0,2, F:11,3, CH:3,6, C:2,8, Ca:1,8	-Grízgombóc leves (T, G) -Citromos-vajas harcsa szelet (H, L) -Petrezselymes burgonya S:2,0, E:297,0, ZS:6,2, T:1,0, F:14,7, CH:40,8, C:0,3, Ca:87,4
<i>Uzsonna</i>	-Tea -Kockasajt (L) -Tejes kifli (G, L, O) -Karalábé S:0,8, E:225,0, ZS:5,3, T:2,7, F:6,9, CH:37,3, C:6,3, Ca:3,3	-Kakaó (L) -Foszlós kalács (G, L, T, O) S:0,6, E:223,0, ZS:5,7, T:3,2, F:8,0, CH:34,4, C:8,8, Ca:144,0	-Tea -Szezámagos trappistasajt-krém (S, L) -Búzakenyér (G) -Kápia paprika S:0,9, E:202,0, ZS:4,8, T:1,5, F:6,7, CH:32,8, C:5,1, Ca:28,0	-Tej (L) -Magyaros vajkrém (L) -Félbarna kenyér (G) -Zöldpaprika S:1,0, E:234,0, ZS:6,4, T:3,8, F:9,9, CH:32,9, C:7,4, Ca:148,2	-Tea -Tojáskrém (T, L) -Mórai paraszt kenyér (G) -Paradicsom S:1,5, E:244,0, ZS:5,5, T:2,4, F:7,7, CH:40,4, C:5,3, Ca:40,8
<i>Összesen</i>	S:4,5, E:824,0, ZS:17,4, T:6,7, F:41,4, CH:120,9, C:33,3, Ca:239,2	S:3,9, E:1 071,0, ZS:23,0, T:10,0, F:37,5, CH:133,6, C:22,9, Ca:349,6	S:10,7, E:1 149,0, ZS:40,9, T:9,0, F:37,6, CH:155,8, C:32,0, Ca:360,5	S:3,2, E:586,0, ZS:20,5, T:6,5, F:29,4, CH:68,7, C:16,1, Ca:158,6	S:4,9, E:917,0, ZS:20,6, T:7,5, F:31,9, CH:145,4, C:25,1, Ca:278,2

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk.

Az allergén összetevőkről bővebb tájékoztatás a 30/719-1708 telefonszámon az élemezésvetőtől kérhető.

Jelmagyarázat:

S: só (g) E: energia (kcal)
ZS: zsír (g) T: telített zsírsav (g)
F: fehérje (g) CH: szénhidrát (g)
C: cukor (g) Ca: kalcium (mg)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák
L: laktóz, tej, tejtermékek
T: tojás, fehérje
F: földimogyoró

Z: zeller D: diófélék, mandula, pisztácia
R: rákfélék M: mustár
H: halak S: szezámag
O: szója K: szulfitok, kéndioxid

C: csillagfűrt
P: puhatestűek