

Heti étlap: 2024. 04. 22. - 2024. 04. 26. A-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

Tündérrózsa Óvoda Konyha, 9437 Hegykő, Szent Mihály utca 26.

	2024. 04. 22. hétfő	2024. 04. 23. kedd	2024. 04. 24. szerda	2024. 04. 25. csütörtök	2024. 04. 26. péntek	2024. 04. 27. szombat
T í z ó r a i	<p>Tea Sajtkrém *7* Zsemle *1*</p> <p><i>En: 1353 kj /322 kc; Feh: 11,6 gr; Szh:54gr;Cuk:13,5gr;Só:0,9 gr; Zsír:8,1gr;Tzs:4,6gr;Kalc:17,25 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>kakaó *7* Foszlós kalács *1,3,7*</p> <p><i>En: 1157 kj /276 kc; Feh: 9,7 gr; Szh:43gr;Cuk:19,4gr;Só:0,1 gr; Zsír:10,1gr;Tzs:2gr;Kalc:23,6 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej</i></p>	<p>Tea Gépsonka *1,7* Delma light Korpás zsemle Kígyóuborka</p> <p><i>En: 1307 kj /311 kc; Feh: 4,2 gr; Szh:13gr;Cuk:10,5gr;Só:0,3 gr; Zsír:1gr;Tzs:0,3gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Tej (pasztörözött; 1,5 %) *7* Gabonagolyó kakaós *5,7,8,11*</p> <p><i>En: 1072 kj /255 kc; Feh: 10,6 gr; Szh:52gr;Cuk:29,2gr;Só:0,2 gr; Zsír:5,9gr;Tzs:3gr;Kalc:29,5 gr</i></p> <p><i>Földimogyoró, Tej, Dió, Szezámag</i></p>	<p>Tea Füstli *10* Kenyér (fehér) *1*</p> <p><i>En: 1092 kj /260 kc; Feh: 9,6 gr; Szh:32gr;Cuk:10,4gr;Só:1,1 gr; Zsír:14,7gr;Tzs:4,1gr;Kalc:1,4 gr</i></p> <p><i>Glutén, Mustár</i></p>	
E b é d	<p>Paradicsom leves *1,3,9* Csiga tészta *1,3* Rizses hús Vitamin saláta/káposzta saláta *10*</p> <p><i>En: 2128 kj /507 kc; Feh: 25,3 gr; Szh:81gr;Cuk:14,2gr;Só:3,2 gr; Zsír:32,1gr;Tzs:3gr;Kalc:0,38 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Zeller, Mustár</i></p>	<p>Vajgaluska *1,3,7* Zöldség leves *1,3,7,9,10* Babfőzelék *1,7* Debreceni kolbász</p> <p><i>En: 2267 kj /540 kc; Feh: 21,1 gr; Szh:59gr;Cuk:3,2gr;Só:2,5 gr; Zsír:35,1gr;Tzs:5,5gr;Kalc:7,84 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár</i></p>	<p>Karfiol krémleves *1,3,7,9,10* Zsemle kocka *1* Mustáros szelet *1,10* Bulgur</p> <p><i>En: 2249 kj /536 kc; Feh: 19,4 gr; Szh:23gr;Cuk:2gr;Só:8,2 gr; Zsír:28gr;Tzs:3,4gr;Kalc:0,75 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár</i></p>	<p>Tojás leves *1,3,7,9,10* Burgonya főzelék *1,7* Sült hús *1,3,7,9,10*</p> <p><i>En: 2722 kj /648 kc; Feh: 27,5 gr; Szh:55gr;Cuk:3,3gr;Só:3 gr; Zsír:44,1gr;Tzs:5,6gr;Kalc:0,68 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár</i></p>	<p>Mákos metélt *1,3* Porcukor Alma Tarhonya levesbetét *1,3* Szárnyas ragu leves *1,3,7,9,10*</p> <p><i>En: 2661 kj /634 kc; Feh: 24,4 gr; Szh:113gr;Cuk:39,3gr;Só:3,2 gr; Zsír:16,2gr;Tzs:2gr;Kalc:22,84 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár</i></p>	
U z s o n n a	<p>Snidlinges túrókrém *7* Rozskenyér *1*</p> <p><i>En: 958 kj /228 kc; Feh: 13 gr; Szh:27gr;Cuk:1,1gr;Só:1,5 gr; Zsír:6,3gr;Tzs:1,5gr;Kalc:6,1 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Párizsi felvágott *6* Delma light Zsemle tönköly *1,3,7* Paradicsom</p> <p><i>En: 801 kj /191 kc; Feh: 10,1 gr; Szh:12gr;Cuk:1gr;Só:0,6 gr; Zsír:16,4gr;Tzs:7gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej</i></p>	<p>Müzli szelet *1,3,5,6,7,8,11* Alma</p> <p><i>En: 592 kj /141 kc; Feh: 5,1 gr; Szh:86gr;Cuk:17,2gr;Só:0,2 gr; Zsír:6,5gr;Tzs:2,9gr;Kalc:0 gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Szezámag</i></p>	<p>Zala felvágott Delma light Teljes kiőrlésű zsemle</p> <p><i>En: 410 kj /98 kc; Feh: 3,9 gr; Szh:0gr;Cuk:0,2gr;Só:0,3 gr; Zsír:5,1gr;Tzs:2,3gr;Kalc:0 gr</i></p>	<p>edami sajt *7* Delma light Teljes kiő. Kenyér TV-Paprika</p> <p><i>En: 614 kj /146 kc; Feh: 10,8 gr; Szh:1gr;Cuk:0gr;Só:0,4 gr; Zsír:9,3gr;Tzs:6,2gr;Kalc:32 gr</i></p> <p><i>Tej</i></p>	
	<p><i>En: 4439 kj /1057 kc; Feh:49,9 gr; Szh:162gr;Cuk:28,8gr;Só:5,6gr;Zsír:46,6 gr; Tzs:9,2 gr;Kalc:23,73 gr</i></p>	<p><i>En: 4225 kj /1006 kc; Feh:40,8 gr; Szh:115gr;Cuk:23,6gr;Só:3,2gr;Zsír:61,6 gr; Tzs:14,5 gr;Kalc:31,44 gr</i></p>	<p><i>En: 4148 kj /988 kc; Feh:28,7 gr; Szh:122gr;Cuk:29,7gr;Só:8,7gr;Zsír:35,6 gr; Tzs:6,7 gr;Kalc:0,75 gr</i></p>	<p><i>En: 4204 kj /1001 kc; Feh:42 gr; Szh:107gr;Cuk:32,7gr;Só:3,4gr;Zsír:55,1 gr; Tzs:10,9 gr;Kalc:30,18 gr</i></p>	<p><i>En: 4366 kj /1040 kc; Feh:44,8 gr; Szh:146gr;Cuk:49,7gr;Só:4,7gr;Zsír:40,2 gr; Tzs:12,4 gr;Kalc:56,24 gr</i></p>	

1: Glutén; 2:Rák; 3:Tojás; 4:Hal; 5:Földimogyoró; 6:Szójabab; 7:Tej; 8:Dió; 9:Zeller; 10:Mustár; 11:Szezámag; 12:Szulfitok; 13:Csillagfürt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int. vezető:

Shakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: