

Heti étlap: 2024. 04. 29. - 2024. 05. 03. A-menü / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év

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

	2024. 04. 29. hétfő	2024. 04. 30. kedd	2024. 05. 01. szerda	2024. 05. 02. csütörtök	2024. 05. 03. péntek	2024. 05. 04. szombat
R e g e l i	Tea, Zsemle *1*, Medve sajt *7* En: 811 kj /193 kc; Feh: 7 gr; Szh:33gr;Cuk:12,8gr;Só:0,4 gr; Zsír:5,4gr;Tzs:3,3gr;Kalc:14,38 gr Glutén, Tej	Karamellás tej *7*, Briós *1,3,7* En: 966 kj /230 kc; Feh: 7 gr; Szh:61gr;Cuk:56gr;Só:0,2 gr; Zsír:7gr;Tzs:4,4gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej		Forralt tej *7*, Kakaós csiga *1,3,7* En: 1389 kj /331 kc; Feh: 11,8 gr; Szh:42gr;Cuk:19gr;Só:0,9 gr; Zsír:23,1gr;Tzs:13,1gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej	Tea, Joghurt Danone erdei egyes 125 gr *7*, Zabos keksz *1,3,7,8* En: 1435 kj /342 kc; Feh: 9,9 gr; Szh:78gr;Cuk:48,6gr;Só:0,6 gr; Zsír: 19,4gr;Tzs:8,9gr;Kalc: 15 gr Glutén, Tojás, Tej, Dió	
T í z ó r a i	Alma En: 138 kj /33 kc; Feh: 0,4 gr; Szh:7gr;Cuk:6gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Alma En: 138 kj /33 kc; Feh: 0,4 gr; Szh:7gr;Cuk:6gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr		Banán En: 345 kj /82 kc; Feh: 1 gr; Szh:19gr;Cuk:14,4gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Körte En: 175 kj /42 kc; Feh: 0,3 gr; Szh:10gr;Cuk:7,2gr;Só:0 gr; Zsír:0,3gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	
E b é d	Párolt sertés kockák *1,3,7,9,10*, Tészta köret En: 1330 kj /317 kc; Feh: 19 gr; Szh:4gr;Cuk:1gr;Só:1,2 gr; Zsír:20,6gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Zöldbab főzelék *1,3,7,9,10*, Párolt sertés szelet *1,3,7,9,10* En: 1491 kj /355 kc; Feh: 18,6 gr; Szh:17gr;Cuk:3,4gr;Só:2 gr; Zsír:29,4gr;Tzs:4,2gr;Kalc:3,36 gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár		Töltött paprika *1,3,7,9,10* En: 1205 kj /287 kc; Feh: 20,4 gr; Szh:41gr;Cuk:13,1gr;Só:1 gr; Zsír:21,9gr;Tzs:1,8gr;Kalc:0,48 gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Fertőparti leves *7,9*, Húsgaluska *1,3*, Alma, Delma light En: 1141 kj /272 kc; Feh: 10,7 gr; Szh:15gr;Cuk:7,2gr;Só:4 gr; Zsír:22,4gr;Tzs:2,7gr;Kalc:1,48 gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	
U g y ü m ö c s z a	gyümölcs tea, Tojáskrém *3,7,10*, Rozskenyér *1* En: 1128 kj /268 kc; Feh: 13,7 gr; Szh:30gr;Cuk:10,5gr;Só:0,1 gr; Zsír:11,5gr;Tzs:2,3gr;Kalc:11,54 gr Glutén, Tojás, Tej, Mustár	Párizsi felvágott *6*, Delma light, Korpás zsemle, Paradicsom, Narancslé 100%-os En: 1149 kj /274 kc; Feh: 6 gr; Szh:14gr;Cuk:5,5gr;Só:0,3 gr; Zsír:5,1gr;Tzs:2,2gr;Kalc:0 gr Szójabab		gyümölcs tea, Zala felvágott, Teljes kiőrlésű zsemle, Delma light En: 506 kj /121 kc; Feh: 3,9 gr; Szh:11gr;Cuk:10,2gr;Só:0,3 gr; Zsír:5,1gr;Tzs:2,3gr;Kalc:0 gr	Almalé 100%-os, Gépsonka *1,7*, Teljes kiő. Kenyér, TV-Paprika En: 897 kj /214 kc; Feh: 7,1 gr; Szh:170gr;Cuk:144,5gr;Só:60,4 gr; Zsír:1,5gr;Tzs:0,4gr;Kalc:0 gr Glutén, Tej	
	En: 3407 kj /811 kc; Feh:40,1 gr;Szh:74gr;Cuk:30,4gr;Só:1,6gr;Zsír:37,5 gr;Tzs:7,5 gr;Kalc:25,92 gr	En: 3745 kj /892 kc; Feh:32 gr;Szh:100gr;Cuk:70,8gr;Só:2,5gr;Zsír:41,4 gr;Tzs:10,7 gr;Kalc:3,36 gr		En: 3445 kj /820 kc; Feh:37,1 gr;Szh:113gr;Cuk:56,8gr;Só:2,2gr;Zsír:50,1 gr;Tzs:17,2 gr;Kalc:0,48 gr	En: 3648 kj /869 kc; Feh:28 gr;Szh:273gr;Cuk:207,5gr;Só:65gr;Zsír:43,6 gr;Tzs:12,1 gr;Kalc:16,48 gr	

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

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int. vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: