



Étlap

2022. október 31 - 2022. november 4

ÓVODA

Dátum	Tízórai	Ebéd	Uzsonna
2022.10.31 Hétfő	Tej 1.5%, Sajtos pogácsa E: 326,50kcal, Zsír: 14,00g, Tel.zsír.: 1,63g, Feh.: 17,80g, CH: 30,60g, Cuk: 0,00g, Só: 0,52g, Ca: 255,50mg	Májgombóclevés, Tarkababfőzelék, Sertéspörkölt feltét, Félbarna kenyér* E: 593,58kcal, Zsír: 20,64g, Tel.zsír.: 1,88g, Feh.: 31,07g, CH: 68,81g, Cuk: 1,20g, Só: 1,91g, Ca: 115,74mg	Tej. kiőrlésű kenyér, Margarin-poharas, Felvágott, Tauris*, paprika E: 227,34kcal, Zsír: 9,24g, Tel.zsír.: 2,85g, Feh.: 11,36g, CH: 24,44g, Cuk: 0,00g, Só: 1,62g, Ca: 29,15mg
	Allergének: Tej,Glutén,Tojás	Allergének: Glutén,Tojás,Zeller,Tej	Allergének: Glutén
2022.11.01 Kedd	Citromos tea*, Tej. kiőrlésű kenyér, Margarin-poharas, Felvágott, olasz*, Kígyóborka E: 269,19kcal, Zsír: 11,10g, Tel.zsír.: 4,28g, Feh.: 7,82g, CH: 30,28g, Cuk: 5,99g, Só: 1,49g, Ca: 23,73mg	Almaleves*, Tárkonyos tokány, Zöldséges bulgur E: 519,45kcal, Zsír: 18,41g, Tel.zsír.: 1,35g, Feh.: 21,31g, CH: 68,63g, Cuk: 14,89g, Só: 1,29g, Ca: 71,52mg	Natúr joghurt, Stangli E: 257,05kcal, Zsír: 5,75g, Tel.zsír.: 2,93g, Feh.: 9,80g, CH: 35,40g, Cuk: 0,00g, Só: 1,24g, Ca: 190,55mg
	Allergének: Glutén	Allergének: Tej,Glutén,Zeller	Allergének: Tej,Glutén
2022.11.02 Szerda	Gyümölcs tea*, Tej. kiőrlésű kenyér, Margarin-poharas, Felvágott zöldséges szelet*, Jégcsap retek E: 251,67kcal, Zsír: 11,09g, Tel.zsír.: 3,65g, Feh.: 7,97g, CH: 29,76g, Cuk: 5,00g, Só: 1,20g, Ca: 28,83mg	Sárgaborsó krémleves, Rántott sertésszelet, Burgonyapüré, Savanyúság* E: 603,02kcal, Zsír: 23,55g, Tel.zsír.: 3,12g, Feh.: 26,08g, CH: 70,29g, Cuk: 0,00g, Só: 2,52g, Ca: 95,22mg	Kocka sajt, Kifli E: 392,00kcal, Zsír: 6,10g, Tel.zsír.: 2,10g, Feh.: 13,36g, CH: 58,69g, Cuk: 0,00g, Só: 1,86g, Ca: 189,94mg
	Allergének: Glutén	Allergének: Glutén,Zeller,Tojás,Tej,Mustár	Allergének: Tej,Glutén
2022.11.03 Csütörtök	Kakaó*, Briós E: 365,38kcal, Zsír: 7,90g, Tel.zsír.: 3,61g, Feh.: 12,45g, CH: 51,74g, Cuk: 14,13g, Só: 0,75g, Ca: 246,42mg	Daragaluska leves, Paradicsomos káposztafőzelék, Félbarna kenyér*, Sertés aprópecsenye E: 497,53kcal, Zsír: 14,86g, Tel.zsír.: 1,17g, Feh.: 21,95g, CH: 67,36g, Cuk: 5,00g, Só: 1,52g, Ca: 56,70mg	Tej. kiőrlésű kenyér, Margarin-poharas, Felvágott, pizza sonka*, paprika E: 218,28kcal, Zsír: 7,20g, Tel.zsír.: 2,15g, Feh.: 11,66g, CH: 26,48g, Cuk: 0,00g, Só: 1,33g, Ca: 24,84mg
	Allergének: Tej,Glutén,Tojás	Allergének: Glutén,Tojás,Zeller	Allergének: Glutén,Szója
2022.11.04 Péntek	Citromos tea*, Stangli tk.*, Sajtkrém*, Kígyóborka E: 276,29kcal, Zsír: 9,62g, Tel.zsír.: 5,26g, Feh.: 5,96g, CH: 41,16g, Cuk: 5,99g, Só: 1,46g, Ca: 96,68mg	Palóc leves (sertés), Pozsonyi kocka, Idénygyümölcs* E: 595,50kcal, Zsír: 17,03g, Tel.zsír.: 3,60g, Feh.: 21,36g, CH: 87,25g, Cuk: 21,65g, Só: 0,84g, Ca: 145,90mg	Ivójoghurt*, Stangli E: 234,38kcal, Zsír: 4,05g, Tel.zsír.: 1,95g, Feh.: 8,33g, CH: 34,90g, Cuk: 8,13g, Só: 1,09g, Ca: 137,55mg
	Allergének: Glutén,Tej	Allergének: Glutén,Tej,Zeller,Tojás	Allergének: Tej,Glutén

A változás jogát fenntartjuk!



Étlap

2022. november 7 - 2022. november 11

ÓVODA

Dátum	Tízórai	Ebéd	Uzsonna
2022.11.07 Hétfő	Citromos tea*, Tej. kiőrlésű kenyér, Felvágott, bécsi*, Margarin-poharas, Kígyóborka E: 251,19kcal, Zsír: 10,72g, Tel.zsír.: 3,45g, Feh.: 8,20g, CH: 30,34g, Cuk: 5,99g, Só: 1,15g, Ca: 26,21mg	Vegyes gyümölcsmártás*, Zöldséges burgonyaleves*, Félbarna kenyér*, Főtt sertés szelet* E: 509,59kcal, Zsír: 14,78g, Tel.zsír.: 0,95g, Feh.: 22,62g, CH: 69,50g, Cuk: 5,99g, Só: 2,52g, Ca: 85,97mg	Kocka sajt, Stangli E: 232,00kcal, Zsír: 5,75g, Tel.zsír.: 2,10g, Feh.: 8,66g, CH: 30,19g, Cuk: 0,00g, Só: 1,08g, Ca: 179,39mg
	Allergének: Glutén,Szója	Allergének: Glutén,Tej,Zeller	Allergének: Tej,Glutén
2022.11.08 Kedd	Citromos tea*, Stangli tk.*, Sajtkrém*, Zöldpaprika* E: 272,82kcal, Zsír: 9,59g, Tel.zsír.: 5,26g, Feh.: 5,66g, CH: 40,66g, Cuk: 5,99g, Só: 1,45g, Ca: 92,21mg	Fejtett bableves*, Olaszos csirkecomb*, Párolt rizs*, Idénygyümölcs* E: 658,93kcal, Zsír: 23,35g, Tel.zsír.: 4,02g, Feh.: 34,68g, CH: 76,14g, Cuk: 0,84g, Só: 1,46g, Ca: 69,32mg	Magvas kifli, Kefir, 100 g-os* E: 169,00kcal, Zsír: 3,97g, Tel.zsír.: 2,99g, Feh.: 7,48g, CH: 27,19g, Cuk: 0,00g, Só: 1,06g, Ca: 136,74mg
	Allergének: Glutén,Tej	Allergének: Glutén,Tej,Zeller	Allergének: Glutén,Szezám,Tej
2022.11.09 Szerda	Tej 1.5%, Briós E: 337,00kcal, Zsír: 7,73g, Tel.zsír.: 3,58g, Feh.: 12,11g, CH: 45,60g, Cuk: 8,14g, Só: 0,73g, Ca: 241,49mg	Lebbencsleves, Rántott hal*, Petrezselymes burgonya, Savanyúság* E: 562,26kcal, Zsír: 23,86g, Tel.zsír.: 2,76g, Feh.: 22,00g, CH: 64,13g, Cuk: 0,00g, Só: 3,60g, Ca: 71,79mg	Tej. kiőrlésű kenyér, Margarin-poharas, Felvágott zöldséges szelet*, Kígyóborka E: 231,98kcal, Zsír: 11,10g, Tel.zsír.: 3,64g, Feh.: 8,04g, CH: 24,70g, Cuk: 0,00g, Só: 1,20g, Ca: 27,84mg
	Allergének: Tej,Glutén,Tojás	Allergének: Glutén,Zeller,Halak,Tojás,Mustár	Allergének: Glutén
2022.11.10 Csütörtök	Gyümölcs tea*, Tojáskrém, Jégcsap retek, Zsemle tk.* E: 395,32kcal, Zsír: 24,28g, Tel.zsír.: 6,48g, Feh.: 6,84g, CH: 36,79g, Cuk: 5,00g, Só: 1,57g, Ca: 18,38mg	Citromos körteleves, Sárgaborsófőzelék, Félbarna kenyér*, Sült kolbász, Idénygyümölcs* E: 671,57kcal, Zsír: 19,75g, Tel.zsír.: 4,02g, Feh.: 21,09g, CH: 100,86g, Cuk: 26,99g, Só: 1,47g, Ca: 86,43mg	Sajtos perez E: 61,00kcal, Zsír: 1,65g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 1,75g, CH: 9,40g, Cuk: 0,00g, Só: 0,00g, Ca: 0,00mg
	Allergének: Mustár,Tojás,Glutén	Allergének: Tej,Glutén,Zeller,Szója	Allergének: Glutén
2022.11.11 Péntek	Citromos tea*, Tej. kiőrlésű kenyér, Felvágott zöldséges szelet*, Paradicsom* E: 205,24kcal, Zsír: 5,08g, Tel.zsír.: 1,70g, Feh.: 8,17g, CH: 31,59g, Cuk: 5,99g, Só: 1,05g, Ca: 28,26mg	Szárnyas raguleves, Milánói makaróni, Reszelt sajt, Idénygyümölcs* E: 570,75kcal, Zsír: 20,31g, Tel.zsír.: 7,11g, Feh.: 33,33g, CH: 62,42g, Cuk: 1,00g, Só: 3,45g, Ca: 310,84mg	Gyümölcsös ivójoghurt*, Stangli, szezámagos* E: 344,50kcal, Zsír: 5,39g, Tel.zsír.: 1,73g, Feh.: 12,84g, CH: 60,60g, Cuk: 6,50g, Só: 1,77g, Ca: 143,46mg
	Allergének: Glutén	Allergének: Glutén,Tojás,Zeller,Tej	Allergének: Tej,Glutén,Szezám

A változás jogát fenntartjuk!



Étlap

2022. november 14 - 2022. november 18

ÓVODA

Dátum	Tízórai	Ebéd	Uzsonna
2022.11.14 Hétfő	Citromos tea*, Zsemle tk.*, Margarin-poharas, Felvágott, párizsi*, Jégcsap retek E: 296,46kcal, Zsír: 12,41g, Tel.zsír.: 2,11g, Feh.: 8,82g, CH: 36,71g, Cuk: 5,99g, Só: 0,77g, Ca: 15,23mg	Daragaluska leves, Lencsefőzelék, Sertéspörkölt, Félbarna kenyér* E: 687,86kcal, Zsír: 18,81g, Tel.zsír.: 2,13g, Feh.: 36,83g, CH: 90,78g, Cuk: 4,00g, Só: 2,00g, Ca: 117,10mg	Kefir, Stangli, szezámagos* E: 367,50kcal, Zsír: 6,93g, Tel.zsír.: 4,56g, Feh.: 15,19g, CH: 62,98g, Cuk: 0,00g, Só: 2,20g, Ca: 221,86mg
	Allergének: Glutén	Allergének: Glutén,Tojás,Zeller,Mustár,Tej	Allergének: Tej,Glutén,Szezámag
2022.11.15 Kedd	Gyümölcs tea*, Telj. kiőrlésű kenyér, Margarin-poharas, Felvágott, olasz*, Kigyóuborka E: 264,33kcal, Zsír: 11,08g, Tel.zsír.: 4,28g, Feh.: 7,68g, CH: 29,09g, Cuk: 5,00g, Só: 1,48g, Ca: 22,15mg	Cseresznye leves, Tárkonyos sertésragu*, Párolt rizs*, Savanyúság* E: 571,71kcal, Zsír: 19,36g, Tel.zsír.: 1,50g, Feh.: 18,85g, CH: 78,80g, Cuk: 9,99g, Só: 1,09g, Ca: 62,36mg	Lekváros bukta E: 380,00kcal, Zsír: 4,20g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 5,60g, CH: 49,00g, Cuk: 0,00g, Só: 0,00g, Ca: 0,00mg
	Allergének: Glutén	Allergének: Tej,Mustár	Allergének: Glutén,Tej,Tojás
2022.11.16 Szerda	Tejescskávé, Kakaós kalács*, Margarin-poharas, Idénygyümölcs* E: 440,49kcal, Zsír: 14,83g, Tel.zsír.: 5,78g, Feh.: 13,30g, CH: 62,70g, Cuk: 13,49g, Só: 0,95g, Ca: 254,97mg	Zöldséges karalábé leves, Paradicsomos burgonyafőzelék, Félbarna kenyér*, Sertés aprópecsenye E: 552,86kcal, Zsír: 15,10g, Tel.zsír.: 1,14g, Feh.: 22,26g, CH: 80,11g, Cuk: 11,99g, Só: 2,07g, Ca: 70,37mg	Ivójoghurt*, Stangli tk.* E: 245,88kcal, Zsír: 5,57g, Tel.zsír.: 2,63g, Feh.: 8,05g, CH: 40,41g, Cuk: 8,13g, Só: 1,52g, Ca: 137,50mg
	Allergének: Tej,Glutén,Tojás	Allergének: Glutén,Zeller	Allergének: Tej,Glutén
2022.11.17 Csütörtök	Citromos tea*, Telj. kiőrlésű kenyér, Kenőmájas*, paprika E: 222,22kcal, Zsír: 7,32g, Tel.zsír.: 2,85g, Feh.: 8,31g, CH: 30,65g, Cuk: 5,99g, Só: 1,06g, Ca: 22,45mg	Zöldbableves, Csupoki aprópecsenye, Párolt rizs*, Savanyúság* E: 612,58kcal, Zsír: 26,91g, Tel.zsír.: 5,48g, Feh.: 22,68g, CH: 67,52g, Cuk: 0,60g, Só: 2,10g, Ca: 131,19mg	Kakaós csiga E: 216,92kcal, Zsír: 5,29g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 4,84g, CH: 38,86g, Cuk: 0,00g, Só: 0,00g, Ca: 0,00mg
	Allergének: Glutén	Allergének: Tej,Glutén,Mustár	Allergének: Glutén,Tej,Tojás
2022.11.18 Péntek	Tej 1.5%, Pogácsa, tökmagos*, Idénygyümölcs* E: 384,84kcal, Zsír: 13,72g, Tel.zsír.: 1,63g, Feh.: 11,67g, CH: 50,20g, Cuk: 0,00g, Só: 1,12g, Ca: 236,40mg	Gulyásleves, Túrós csusza, Tejföl öntet, Idénygyümölcs* E: 501,36kcal, Zsír: 19,01g, Tel.zsír.: 5,63g, Feh.: 23,02g, CH: 57,91g, Cuk: 0,00g, Só: 0,80g, Ca: 126,45mg	Tej. kiőrlésű kenyér, Margarin-poharas, Felvágott, torrero* E: 257,70kcal, Zsír: 14,04g, Tel.zsír.: 4,78g, Feh.: 9,02g, CH: 23,54g, Cuk: 0,00g, Só: 1,48g, Ca: 18,35mg
	Allergének: Tej,Glutén,Tojás	Allergének: Zeller,Glutén,Tej	Allergének: Glutén

A változás jogát fenntartjuk!



Étlap

2022. november 21 - 2022. november 25

ÓVODA

Dátum	Tízórai	Ebéd	Uzsonna
2022.11.21 Hétfő	Citromos tea*, Telj. kiőrlésű kenyér, Margarin-poharas, Felvágott, kópé szelet*, Kigyóuborka E: 275,69kcal, Zsír: 12,71g, Tel.zsír.: 2,28g, Feh.: 9,76g, CH: 30,40g, Cuk: 5,99g, Só: 2,36g, Ca: 28,25mg	Zellerkrémleves, Zöldborsós sertés tokány, Párolt rizs*, Savanyúság* E: 588,76kcal, Zsír: 28,77g, Tel.zsír.: 4,56g, Feh.: 20,97g, CH: 60,00g, Cuk: 0,00g, Só: 1,51g, Ca: 93,26mg	Kocka sajt, Stangli, szezámmagos* E: 357,00kcal, Zsír: 7,83g, Tel.zsír.: 2,27g, Feh.: 13,90g, CH: 57,17g, Cuk: 0,00g, Só: 1,81g, Ca: 210,70mg
	Allergének: Glutén,Szója	Allergének: Glutén,Tej,Zeller,Mustár	Allergének: Tej,Glutén,Szezám
2022.11.22 Kedd	Karamellás tej*, Sajtos rúd*, Idénygyümölcs* E: 304,94kcal, Zsír: 3,67g, Tel.zsír.: 1,63g, Feh.: 11,82g, CH: 49,70g, Cuk: 5,00g, Só: 1,06g, Ca: 246,98mg	Paradicsomleves*, Gyrosos csirke csíkok*, Tepsis burgonya* E: 523,76kcal, Zsír: 15,73g, Tel.zsír.: 2,79g, Feh.: 22,51g, CH: 71,73g, Cuk: 7,99g, Só: 0,94g, Ca: 39,91mg	Felvágott, baromfi húskenyér*, Telj. kiőrlésű kenyér, Margarin-poharas, Zöldpaprika* E: 197,46kcal, Zsír: 7,25g, Tel.zsír.: 2,17g, Feh.: 8,05g, CH: 24,32g, Cuk: 0,00g, Só: 1,06g, Ca: 30,39mg
	Allergének: Tej,Glutén,Tojás	Allergének: Glutén,Tojás,Zeller	Allergének: Glutén
2022.11.23 Szerda	Gyümölcs tea*, Zsemle tk. *, Margarin- poharas, Felvágott, kárpát*, Jégcsap retek E: 354,89kcal, Zsír: 18,33g, Tel.zsír.: 2,11g, Feh.: 12,02g, CH: 35,75g, Cuk: 5,00g, Só: 0,16g, Ca: 6,45mg	Zöldborsóleves, Tejfölös burgonyafőzelék, Félbarna kenyér*, Csibefasírt,sütőben* E: 659,77kcal, Zsír: 30,26g, Tel.zsír.: 6,23g, Feh.: 22,40g, CH: 72,62g, Cuk: 0,00g, Só: 2,00g, Ca: 85,06mg	Ivójoghurt*, Magvas kifli E: 188,38kcal, Zsír: 4,67g, Tel.zsír.: 2,02g, Feh.: 7,60g, CH: 28,59g, Cuk: 8,13g, Só: 0,91g, Ca: 143,74mg
	Allergének: Glutén	Allergének: Glutén,Tojás,Zeller,Tej	Allergének: Tej,Glutén,Szezám
2022.11.24 Csütörtök	Citromos tea*, Kenyér forma*, Baracklekvár, Idénygyümölcs* E: 210,41kcal, Zsír: 0,75g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 5,49g, CH: 45,04g, Cuk: 11,42g, Só: 1,03g, Ca: 22,18mg	Fahéjas szilvaleves, Rántott hal, szezámmagos bundában*, Párolt rizs*, Tartármártás* E: 1 573,62kcal, Zsír: 32,06g, Tel.zsír.: 5,96g, Feh.: 46,13g, CH: 265,43g, Cuk: 80,92g, Só: 3,25g, Ca: 426,66mg	Felvágott, csirkejó baromfirúd*, Félbarna kenyér*, Margarin-poharas, Zöldpaprika* E: 223,61kcal, Zsír: 7,00g, Tel.zsír.: 2,11g, Feh.: 11,58g, CH: 28,29g, Cuk: 0,00g, Só: 0,87g, Ca: 16,28mg
	Allergének: Glutén,Tej,Tojás	Allergének: Tej,Glutén,Halak,Szezám,Tojás,Mustár	Allergének: Glutén
2022.11.25 Péntek	Citromos tea*, Telj. kiőrlésű kenyér, Margarin-poharas, Felvágott, csabai, Privát*, Kigyóuborka E: 202,19kcal, Zsír: 6,74g, Tel.zsír.: 1,99g, Feh.: 5,08g, CH: 30,22g, Cuk: 5,99g, Só: 0,65g, Ca: 22,13mg	Jókai bableves, Diós metélt tészta, Idénygyümölcs* E: 606,29kcal, Zsír: 20,89g, Tel.zsír.: 5,07g, Feh.: 19,94g, CH: 83,42g, Cuk: 12,00g, Só: 1,13g, Ca: 81,14mg	Lekváros bukta E: 380,00kcal, Zsír: 4,20g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 5,60g, CH: 49,00g, Cuk: 0,00g, Só: 0,00g, Ca: 0,00mg
	Allergének: Glutén	Allergének: Glutén,Tej,Dió	Allergének: Glutén,Tej,Tojás

A változás jogát fenntartjuk!



Étlap

2022. november 28 - 2022. december 2

ÓVODA

Dátum	Tízórai	Ebéd	Uzsonna
2022.11.28 Hétfő	<p>Tej 1.5%, Kakaós csiga</p> <p>E: 313,92kcal, Zsír: 8,29g, Tel.zsír.: 1,63g, Feh.: 11,64g, CH: 49,46g, Cuk: 0,00g, Só: 0,27g, Ca: 228,00mg</p>	<p>Kertészleves, Tökfőzelék, Félbarna kenyér*, Sertés aprópecsenye</p> <p>E: 557,45kcal, Zsír: 20,34g, Tel.zsír.: 2,70g, Feh.: 23,76g, CH: 67,23g, Cuk: 0,00g, Só: 2,01g, Ca: 117,34mg</p>	<p>Tej. kiőrlésű kenyér, Margarin-poharas, Felvágott, párizsi*, paprika</p> <p>E: 244,98kcal, Zsír: 12,24g, Tel.zsír.: 1,99g, Feh.: 8,57g, CH: 24,44g, Cuk: 0,00g, Só: 1,24g, Ca: 26,75mg</p>
	Allergének: Tej,Glutén,Tojás	Allergének: Glutén,Tojás,Zeller,Tej	Allergének: Glutén
2022.11.29 Kedd	<p>Citromos tea*, Tej. kiőrlésű kenyér, Margarin-poharas, Felvágott, zala*, Kígyóuborka</p> <p>E: 251,19kcal, Zsír: 10,72g, Tel.zsír.: 3,45g, Feh.: 8,20g, CH: 30,34g, Cuk: 5,99g, Só: 1,15g, Ca: 26,21mg</p>	<p>Sárgabarack leves, Mexikói csirkeragu, Bulgur</p> <p>E: 478,78kcal, Zsír: 12,92g, Tel.zsír.: 1,64g, Feh.: 23,64g, CH: 68,78g, Cuk: 14,99g, Só: 2,27g, Ca: 65,90mg</p>	<p>Natúr joghurt, Stangli, szezámmagos*</p> <p>E: 382,05kcal, Zsír: 7,83g, Tel.zsír.: 3,10g, Feh.: 15,04g, CH: 62,38g, Cuk: 0,00g, Só: 1,98g, Ca: 221,86mg</p>
	Allergének: Glutén	Allergének: Tej,Glutén,Zeller	Allergének: Tej,Glutén,Szezám
2022.11.30 Szerda	<p>Kakaó*, Sajtos pogácsa</p> <p>E: 354,88kcal, Zsír: 14,17g, Tel.zsír.: 1,66g, Feh.: 18,15g, CH: 36,74g, Cuk: 5,99g, Só: 0,53g, Ca: 260,43mg</p>	<p>Zöldséges fehérbaleves*, Meggy mártás, Főtt burgonya 1/2, Főtt sertés szelet*</p> <p>E: 576,30kcal, Zsír: 14,26g, Tel.zsír.: 0,97g, Feh.: 25,52g, CH: 85,04g, Cuk: 21,98g, Só: 2,31g, Ca: 150,78mg</p>	<p>Tej. kiőrlésű kenyér, Margarin-poharas, Ausztria szalámi, Kígyóuborka</p> <p>E: 275,73kcal, Zsír: 15,88g, Tel.zsír.: 5,21g, Feh.: 8,86g, CH: 24,05g, Cuk: 0,00g, Só: 1,44g, Ca: 24,05mg</p>
	Allergének: Tej,Glutén,Tojás	Allergének: Glutén,Zeller,Tej	Allergének: Glutén
2022.12.01 Csütörtök	<p>Citromos tea*, Tej. kiőrlésű kenyér, Margarin-poharas, Felvágott, pritaminos*, Jégcsap retek</p> <p>E: 268,49kcal, Zsír: 11,09g, Tel.zsír.: 4,29g, Feh.: 7,74g, CH: 30,30g, Cuk: 5,99g, Só: 1,49g, Ca: 24,63mg</p>	<p>Tejfölös burgonyaleves, Sült csirkecomb, Rizibizi</p> <p>E: 726,26kcal, Zsír: 42,95g, Tel.zsír.: 2,53g, Feh.: 43,40g, CH: 71,78g, Cuk: 0,00g, Só: 1,83g, Ca: 82,17mg</p>	<p>Trappista sajt szelet, Félbarna kenyér*, Margarin-poharas</p> <p>E: 262,35kcal, Zsír: 12,33g, Tel.zsír.: 6,42g, Feh.: 11,41g, CH: 26,31g, Cuk: 0,00g, Só: 0,78g, Ca: 160,95mg</p>
	Allergének: Glutén	Allergének: Glutén,Tej,Zeller	Allergének: Tej,Glutén
2022.12.02 Péntek	<p>Gyümölcs tea*, Zsemle tk.*, Margarin-poharas, Felvágott, kárpát*, Kígyóuborka</p> <p>E: 355,60kcal, Zsír: 18,34g, Tel.zsír.: 2,11g, Feh.: 12,10g, CH: 35,74g, Cuk: 5,00g, Só: 0,16g, Ca: 5,55mg</p>	<p>Sertésragu leves, Tejbenrizs, Kakaó szórát*, Idénygyümölcs*</p> <p>E: 438,26kcal, Zsír: 9,47g, Tel.zsír.: 1,71g, Feh.: 18,00g, CH: 68,90g, Cuk: 12,49g, Só: 0,85g, Ca: 229,79mg</p>	<p>Ivójoghurt*, Stangli, szezámmagos*</p> <p>E: 359,38kcal, Zsír: 6,13g, Tel.zsír.: 2,12g, Feh.: 13,57g, CH: 61,88g, Cuk: 8,13g, Só: 1,83g, Ca: 168,86mg</p>
	Allergének: Glutén	Allergének: Zeller,Tej	Allergének: Tej,Glutén,Szezám

A változás jogát fenntartjuk!