

Étlap

Óvodás (4-6 év)	Hétfő 2025.06.30.	Kedd 2025.07.01.	Szerda 2025.07.02.	Csütörtök 2025.07.03.	Péntek 2025.07.04.
Tízórai	-Tej (L) -Csokoládés gabonagolyó (G, L, F, O, D, S) S:0,5, E:409,0, ZS:8,8, T:4,5, F:11,4, CH:69,6, C:36,7, Ca:300,0				
Ebéd	- Zellerkrémleves (L, O, Z, G) -Brassói aprópecsenye (G, L, T, O, M, S, K, Z) -Burgonya köret S:1,9, E:433,0, ZS:13,5, T:3,1, F:21,2, CH:51,3, C:3,4, Ca:66,4				
Uzsonna	-Kenőmájas majorannás (O, M) -Sajtos kenyér (G, L) -Zöldpaprika S:0,0, E:390,0, ZS:14,0, T:3,9, F:19,2, CH:44,4, C:0,0, Ca:0,0				
Összesen	S:2,4, E:1 232,0, ZS:36,3, T:11,5, F:51,8, CH:165,3, C:40,1, Ca:366,4	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0

Jó étvágyat!

Jelmagyarázat:

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

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák
L: laktóz, tej, tejtermékek
T: tojás, fehérje
F: földimogyoró
Z: zeller
R: rákfélék
H: halak
O: szója
D: diófélék, mandula, pisztácia
M: mustár
S: szezámmag
K: szulfitok, kéndioxid

C: csillagfűrt
P: puhatestűek