

Óvodás (4-6 év)**Hétfő**

2016.08.22.

Kedd

2016.08.23.

Szerda

2016.08.24.

Csütörtök

2016.08.25.

Péntek

2016.08.26.

Ebéd

-Lencseleves
-Almás linzer
-Meggyes linzer
-Szilva

S:0,4, E:1 166,7, ZS:22,3, T:0,0, F:32,5,
CH:178,0, C:8,1, Ca:69,7
Allergén: G, L, M, T

Összesen

S:0,4, E:1 166,7, ZS:22,3, T:0,0, F:32,5,
CH:178,0, C:8,1, Ca:69,7
Allergén: G, L, M, T

**Jó étvágyat!****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 Z: zeller D: diófélék, mandula, pisztácia C: csillagfűrt
L: laktóz, tej, tejtermékek R: rákfélék M: mustár P: puhatestűek
T: tojás, fehérje H: halak S: szezámag
F: földimogyoró O: szója K: szulfitok, kéndioxid

Óvodás (4-6 év)

Hétfő

2016.08.29.

Kedd

2016.08.30.

Szerda

2016.08.31.

Csütörtök

2016.09.01.

Péntek

2016.09.02.

Ebéd

- Piroslevű tészta leves
- Sertésbecsinált
- Bulgur
- Alma kompót

S:0,6, E:638,1, ZS:26,6, T:0,0, F:23,1,
CH:71,5, C:0,7, Ca:22,1
Allergén: G, L, T

- Zsemlegombóc leves
- Sült sertéshús
- Finomfőzelék
- Tejes pite, barackízzel

S:2,2, E:746,9, ZS:34,9, T:0,0, F:30,4,
CH:64,5, C:0,9, Ca:30,0
Allergén: G, L, M, O, T, Z

- Daragaluska leves
- Bazsalikomos csirkemáj
- Pirított tarhonya
- Csemege uborka

S:1,0, E:480,7, ZS:16,5, T:0,0, F:24,3,
CH:55,7, C:1,0, Ca:12,2
Allergén: G, M, T

Összesen

S:0,6, E:638,1, ZS:26,6, T:0,0, F:23,1,
CH:71,5, C:0,7, Ca:22,1
Allergén: G, L, T

S:2,2, E:746,9, ZS:34,9, T:0,0, F:30,4,
CH:64,5, C:0,9, Ca:30,0
Allergén: G, L, M, O, T, Z

S:1,0, E:480,7, ZS:16,5, T:0,0, F:24,3,
CH:55,7, C:1,0, Ca:12,2
Allergén: G, M, T

S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0,
CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0
Allergén: -

S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0,
CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0
Allergén: -



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: szezámag
- K: szulfitok, kéndioxid
- C: csillagfűrt
- P: puhatestűek