

ÉTLAP

2025.03.10-2025.03.14, Normál, A
Felnőttkorú-I

Dátum/Étkezés	2025.03.10, Hétfő	2025.03.11, Kedd	2025.03.12, Szerda	2025.03.13, Csütörtök	2025.03.14, Péntek
EBÉD	<p>Húsgombóc leves fn. (sertés) Allergén(ek): glutén, tojás, zeller,</p> <p>sajtos tejfölös spagetti fn. Allergén(ek): tojás glut, tej, (Energ. (Kcal):737.85 Zsír(g):31.39 Tel.zs (g):13.76 Feh. (g):37.10 Széh. (g):71.12 Cukor (g):4.69 Só(g):0.84)</p>	<p>Zöldség leves felnőtt Allergén(ek): zeller, tojás glut,</p> <p>Par.káposztafőzelék felnőtt Allergén(ek): glutén,</p> <p>Sült sertéstarja fn.</p> <p>Keszői kenyér fehér Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):718.74 Zsír (g):24.46 Tel.zs (g):10.26 Feh. (g):33.37 Széh. (g):84.48 Só(g):1.11)</p>	<p>kiskertleves 2 fn. Allergén(ek): tojás, glutén,</p> <p>Sertésszelet Dubary feln. Allergén(ek): laktóz, glutén, tej,</p> <p>Párolt rizs felnőtt Allergén(ek): zeller, (Energ. (Kcal):828.59 Zsír (g):22.52 Tel.zs (g):11.79 Feh. (g):36.25 Széh. (g):99.12 Cukor (g):0.24 Só (g):0.57)</p>	<p>Gomba leves felnőtt Allergén(ek): tojás glut, zeller,</p> <p>Parajfőzelék felnőtt (tejes) Allergén(ek): glutén, laktóz, zeller,</p> <p>tükörtojás fn. Allergén(ek): tojás,</p> <p>Keszői kenyér fehér Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):752.23 Zsír(g):24.95 Tel.zs (g):5.57 Feh. (g):22.92 Széh. (g):72.37 Só(g):1.61)</p>	<p>Lebbencs leves felnőtt Allergén(ek): tojás glut, zeller,</p> <p>Píritott pulykamáj fn</p> <p>Sós burgonya felnőtt Allergén(ek): zeller, (Energ. (Kcal):777.83 Zsír(g):1.85 Feh. (g):46.86 Széh. (g):75.78 Só (g):0.11)</p>

br>

Jó étvágyat kívánunk!

Négyszögletű Kerekerdő Óvoda Kemeneshőgyész Ady u. 12. Az étlapot készítette:Nigovicz Annamária,Kovácsné Klein Csilla Az energia Kcal-ban,a szh.,feh.,só,tel.zs. zsír gr-ban vanmegadva.

ÉTLAP

2025.03.10-2025.03.14, Normál, A
Óvodáskorú

Dátum/étkezés	2025.03.10, Hétfő	2025.03.11, Kedd	2025.03.12, Szerda	2025.03.13, Csütörtök	2025.03.14, Péntek
TÍZÓRAI	<p>saga gyümölcstea cukorral</p> <p>Zöldfűszeres vajkrém aro</p> <p>Keszői teljeskiőrlésű kenyér t Allergén(ek): glutén,</p> <p>zöldpaprika (Energ. (Kcal):185.97 Zsír(g):2.77 Feh. (g):5.07 Széh. (g):33.45 Cukor (g):0.25 Só(g):0.61)</p>	<p>Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz,</p> <p>Sajtos percc keszői Allergén(ek): laktóz, (Energ. (Kcal):284.30 Zsír (g):10.16 Tel.zs(g):3.62 Feh.(g):11.50 Széh. (g):35.16 Cukor(g):3.69 Só (g):0.81)</p>	<p>Sió Natura 50% őszibaracklé</p> <p>tavaszi felvágott ovi Allergén(ek): laktóz zsel,</p> <p>Keszői teljeskiőrlésű kenyér t Allergén(ek): glutén,</p> <p>paradicsom (Energ. (Kcal):236.24 Zsír(g):3.70 Tel.zs (g):1.16 Feh.(g):6.57 Széh.(g):41.22 Cukor (g):15.10 Só(g):0.94)</p>	<p>Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz,</p> <p>Keszői briós Allergén(ek): glutén tej, (Energ. (Kcal):286.80 Zsír(g):8.31 Tel.zs (g):2.76 Feh.(g):10.63 Széh.(g):40.60 Só (g):0.35)</p>	<p>saga gyümölcstea cukorral</p> <p>Körözött óvodás30gr/fő (házi) Allergén(ek): tej,</p> <p>Keszői teljeskiőrlésű kenyér t Allergén(ek): glutén,</p> <p>kigyó uborka (Energ. (Kcal):223.30 Zsír(g):4.76 Tel.zs (g):2.24 Feh. (g):9.49 Széh. (g):33.60 Cukor (g):0.25 Só(g):0.54)</p>
EBÉD	<p>Húsgombóc leves óvodás (sertés) Allergén(ek): glutén, tojás, zeller,</p> <p>sajtos tejfölös spagetti ovi Allergén(ek): tojás glut, tej,</p> <p>Banán (Energ. (Kcal):624.61 Zsír(g):22.60 Tel.zs (g):8.02 Feh. (g):25.87 Széh. (g):76.44 Cukor (g):3.52 Só(g):0.44)</p>	<p>Zöldség leves óvodás Allergén(ek): zeller, tojás glut,</p> <p>Par.káposztafőzelék óvodás Allergén(ek): glutén,</p> <p>Pirított csirkemell ovi</p> <p>telj.kiőrl.kenyér keszői ebéd Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):427.34 Zsír (g):11.68 Tel.zs(g):1.20 Feh.(g):25.94 Széh. (g):49.93 Cukor(g):1.72 Só (g):0.63)</p>	<p>kiskertleves 2 ovi. Allergén(ek): tojás, glutén,</p> <p>Sertésszelet Dubary óvodás Allergén(ek): laktóz, glutén, tej,</p> <p>Párolt rizs óvodás Allergén(ek): zeller,</p> <p>Banán (Energ. (Kcal):629.13 Zsír(g):17.06 Tel.zs (g):4.09 Feh. (g):28.58 Széh. (g):72.38 Cukor (g):0.24 Só(g):0.52)</p>	<p>Gomba leves óvodás Allergén(ek): zeller, glutén,</p> <p>Parajfőzelék óvodás (tejes) Allergén(ek): glutén, laktóz, zeller,</p> <p>tükörtőjás ovi Allergén(ek): tojás,</p> <p>telj.kiőrl.kenyér keszői ebéd Allergén(ek): glutén,</p> <p>Banán (Energ. (Kcal):551.04 Zsír(g):21.73 Tel.zs (g):5.01 Feh.(g):20.07 Széh.(g):53.96 Cukor (g):1.72 Só(g):0.97)</p>	<p>Lebbencs leves óvodás Allergén(ek): tojás glut, zeller,</p> <p>Natúr halfilé</p> <p>Sós burgonya óvodás</p> <p>Párolt bóbirepa</p> <p>Alma (Energ. (Kcal):472.04 Zsír(g):11.93 Tel.zs (g):1.87 Feh. (g):22.79 Széh. (g):62.44 Só (g):0.18)</p>
UZSONNA	<p>Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz,</p> <p>Háztartási keksz ovi Allergén(ek): glutén szu, (Energ. (Kcal):148.01 Zsír(g):5.97 Tel.zs (g):1.62 Feh.(g):7.33 Széh.(g):15.16 Só (g):0.25)</p>	<p>Banán</p> <p>tejszelet Kinder Allergén(ek): tej tojás, (Energ. (Kcal):194.75 Zsír (g):4.64 Feh.(g):3.18 Széh.(g):27.65 Cukor (g):8.30 Só(g):0.21)</p>	<p>gyümölcsjoghurt danone125gr/fő Allergén(ek): tej, (Energ. (Kcal):76.00 Zsír(g):1.10 Tel.zs (g):0.60 Feh.(g):1.80 Széh.(g):14.80 Só (g):0.05)</p>	<p>Zala felvágott Kométa</p> <p>Keszői korpás kifli Allergén(ek): glutén,</p> <p>zöldpaprika (Energ. (Kcal):108.35 Zsír(g):3.77 Tel.zs (g):1.33 Feh.(g):5.05 Széh.(g):12.91 Cukor (g):0.04 Só(g):0.62)</p>	<p>Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő Allergén(ek): laktóz,</p> <p>Dörmi tejkrémes Allergén(ek): tojás tej, (Energ. (Kcal):239.80 Zsír(g):10.20 Tel.zs (g):3.02 Feh. (g):7.50 Széh. (g):27.60 Cukor (g):8.90 Só(g):0.38)</p>

br>

Jó étvágyat kívánunk!

Négyszögletű Kerekerdő Óvoda Kemeneshögyész Ady u. 12. Az étlapot készítette:Nigovicz Annamária,Kovácsné Klein Csilla Az energia Kcal-ban,a szh.,feh.,só,tel.zs. zsír gr-ban van megadva.