

# ÉTLAP

2025.02.03-2025.02.07, Normál, A  
Felnőttkorú-1

Dátum/Étkezés	2025.02.03, Hétfő	2025.02.04, Kedd	2025.02.05, Szerda	2025.02.06, Csütörtök	2025.02.07, Péntek
EBÉD	<p><b>Magyaros karalábéleves fn.</b> Allergén(ek): glutén, zeller,</p> <p><b>Tarhonyáshús felnőtt</b> Allergén(ek): tojás glut,</p> <p><b>Csemege uborka felnőtt</b> (Energ. (Kcal):785.07 Zsír(g):25.14 Tel.zs(g):2.01 Feh.(g):41.33 Széh.(g):90.30 Cukor(g):3.02 Só(g):2.02)</p>	<p><b>Daragaluska leves felnőtt</b> Allergén(ek): zeller, tojás, glutén,</p> <p><b>Székelykáposzta felnőtt</b> Allergén(ek): glutén, tej, zeller,</p> <p><b>Keszői kenyér fehér</b> Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):745.15 Zsír(g):27.74 Tel.zs(g):7.51 Feh.(g):39.11 Széh.(g):77.81 Cukor(g):1.25 Só(g):0.95)</p>	<p><b>Palóc leves felnőtt</b> Allergén(ek): glutén, tojás glut, zeller, tej,</p> <p><b>sajtos pogácsa felnőtt</b> Allergén(ek): glutén, tej, tojás, (Energ. (Kcal):756.96 Zsír(g):33.40 Tel.zs(g):12.82 Feh.(g):30.12 Széh.(g):77.16 Cukor(g):1.71 Só(g):0.36)</p>	<p><b>tavaszi leves 2. feln.</b> Allergén(ek): zeller, tojás, glutén,</p> <p><b>Paradicsomm.sertéshúsgombóc fn</b> Allergén(ek): glutén, zeller, tojás,</p> <p><b>Keszői kenyér fehér</b> Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):766.17 Zsír(g):20.77 Tel.zs(g):2.05 Feh.(g):34.91 Széh.(g):85.75 Só(g):1.00)</p>	<p><b>Brokkolikrémleves felnőtt</b> Allergén(ek): tej, tojás tej,</p> <p><b>töltött sertéstarja fn</b> Allergén(ek): glutén, tojás, zeller,</p> <p><b>rösti burgonya fn. (Aviko)</b> Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):751.75 Zsír(g):35.41 Tel.zs(g):14.69 Feh.(g):34.58 Széh.(g):68.71 Cukor(g):3.60 Só(g):1.93)</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.

# ÉTLAP

2025.02.03-2025.02.07, Normál, A  
Óvodáskorú

Dátum/Étkezés	2025.02.03, Hétfő	2025.02.04, Kedd	2025.02.05, Szerda	2025.02.06, Csütörtök	2025.02.07, Péntek
TÍZÓRAI	<p><b>saga gyümölcstea cukorral</b></p> <p><b>Medve sajt natur</b> Allergén(ek): tej laktóz,</p> <p><b>Keszői teljeskiőrlésű kenyér t</b> Allergén(ek): glutén,</p> <p><b>zöldpaprika</b> (Energ. (Kcal):238.17 Zsír (g):6.79 Feh. (g):8.17 Széh. (g):34.43 Cukor (g):1.38 Só (g):0.53)</p>	<p><b>Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő</b> Allergén(ek): laktóz,</p> <p><b>sajtos rúd óvodás</b> (Energ. (Kcal):407.96 Zsír(g):19.44 Tel.zs (g):9.15 Feh. (g):15.07 Széh. (g):41.16 Cukor (g):1.44 Só(g):1.35)</p>	<p><b>Sió Natura 50% őszibaracklé</b></p> <p><b>Csirkemellsonka ovi</b></p> <p><b>Keszői teljeskiőrlésű kenyér t</b> Allergén(ek): glutén,</p> <p><b>paradicsom</b> (Energ. (Kcal):220.66 Zsír(g):1.60 Tel.zs (g):0.28 Feh. (g):7.37 Széh. (g):41.12 Cukor (g):15.29 Só (g):0.98)</p>	<p><b>Tejescskévé óvodás0,21/fő</b> Allergén(ek): laktóz,</p> <p><b>Keszői fonott kalács</b> Allergén(ek): tojás glut, (Energ. (Kcal):352.10 Zsír(g):9.85 Tel.zs(g):1.35 Feh. (g):9.90 Széh. (g):38.90 Só(g):0.53)</p>	<p><b>saga gyümölcstea cukorral</b></p> <p><b>Vajkrém óvodás aro</b> Allergén(ek): tej,</p> <p><b>Keszői teljeskiőrlésű kenyér t</b> Allergén(ek): glutén,</p> <p><b>kígyó uborka</b> (Energ. (Kcal):180.73 Zsír(g):2.66 Feh. (g):9.37 Széh. (g):36.23 Só(g):0.57)</p>
EBÉD	<p><b>Magyaros karalábéleves ovi.</b> Allergén(ek): glutén, zeller,</p> <p><b>Tarhonyáshús óvodás</b> Allergén(ek): tojás glut,</p> <p><b>Cékla vödrös óvodás</b> (Energ. (Kcal):582.59 Zsír (g):14.36 Tel.zs (g):1.17 Feh. (g):26.44 Széh. (g):64.66 Cukor (g):1.05 Só (g):1.05)</p>	<p><b>Daragaluska leves óvodás</b> Allergén(ek): tojás, glutén, zeller,</p> <p><b>Székelykáposzta óvodás</b> Allergén(ek): glutén, tej, zeller,</p> <p><b>telj.kiőrl.kenyér keszői ebéd</b> Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):386.08 Zsír(g):15.86 Tel.zs (g):4.18 Feh. (g):20.88 Széh. (g):34.70 Cukor (g):2.47 Só(g):0.58)</p>	<p><b>Palóc leves óvodás</b> Allergén(ek): glutén, zeller, tojás glut, tej,</p> <p><b>sajtos pogácsa óvodás</b> Allergén(ek): glutén, tej, tojás,</p> <p><b>Alma</b> (Energ. (Kcal):603.73 Zsír(g):29.15 Tel.zs (g):9.61 Feh. (g):22.02 Széh. (g):53.59 Cukor (g):1.27 Só(g):0.33)</p>	<p><b>tavaszi leves 2. ovi</b> Allergén(ek): zeller, tojás, glutén,</p> <p><b>Paradicsomm. sertéshúsgombóc ov</b> Allergén(ek): glutén, zeller, tojás,</p> <p><b>telj.kiőrl.kenyér keszői ebéd</b> Allergén(ek): glutén,</p> <p><b>Mandarin</b> (Energ. (Kcal):553.90 Zsír(g):8.80 Tel.zs(g):0.77 Feh. (g):22.35 Széh. (g):61.31 Cukor(g):1.72 Só(g):0.62)</p>	<p><b>Brokkolikrémleves óvodás</b> Allergén(ek): tej, tojás tej,</p> <p><b>töltött sertéskaraj ovi</b> Allergén(ek): glutén, tojás, zeller,</p> <p><b>rösti burgonya ovi (Aviko)</b> Allergén(ek): glutén,</p> <p><b>Banán</b> (Energ. (Kcal):506.35 Zsír(g):20.11 Tel.zs (g):3.76 Feh. (g):20.17 Széh. (g):58.34 Cukor (g):3.00 Só(g):1.05)</p>
UZSONNA	<p><b>Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő</b> Allergén(ek): laktóz,</p> <p><b>Győri zabfalatok</b> Allergén(ek): glutén szó, (Energ. (Kcal):216.80 Zsír (g):9.80 Tel.zs (g):1.62 Feh. (g):8.40 Széh. (g):22.80 Cukor (g):5.00 Só (g):0.40)</p>	<p><b>gyümölcssaláta ovi</b> (Energ. (Kcal):104.42 Zsír(g):0.10 Feh. (g):0.80 Széh. (g):17.80 Só(g):0.03)</p>	<p><b>kefir tolle 150gr</b> Allergén(ek): tej,</p> <p><b>Keszői kifli</b> Allergén(ek): glutén, (Energ. (Kcal):220.65 Zsír(g):5.99 Tel.zs (g):0.50 Feh. (g):8.10 Széh. (g):28.95 Cukor (g):5.85 Só(g):0.66)</p>	<p><b>Körözött óvodás30gr/fő (házi)</b> Allergén(ek): tej,</p> <p><b>Keszői korpás kifli</b> Allergén(ek): glutén,</p> <p><b>zöldpaprika</b> (Energ. (Kcal):133.92 Zsír(g):4.87 Tel.zs(g):2.49 Feh. (g):7.57 Széh. (g):13.98 Cukor(g):0.25 Só(g):0.31)</p>	<p><b>Tej óvodás1,5% -os uht 0,21/fő</b> Allergén(ek): laktóz,</p> <p><b>Dörmi tejkrémes</b> 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!**

Négyzögleltű 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 van megadva.