



Heti étlap 2025.07.21. - 2025.07.25.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00013) Óvoda Pécel	Citromos tea , Reszelt sajt, Margarin, Félbarna kenyér, Paradicsom	Tejeskávé , Vajkrém, Stangli	Gyümölcs tea, Magyaros szendvicsskrém, Zsemle , Lilahagyma	Vaníliás tej , Margarin, Kifli	Gyümölcs tea, Olasz felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika
		Energia: 269,48 Kcal / 1 126,43 KJ	Energia: 331,37 Kcal / 1 385,13 KJ	Energia: 294,31 Kcal / 1 230,22 KJ	Energia: 244,44 Kcal / 1 021,76 KJ	Energia: 256,05 Kcal / 1 070,29 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		13,62 g 9,48 g 5,46 g	12,67 g 12,50 g 4,30 g	6,28 g 8,64 g 3,87 g	10,41 g 3,24 g 0,43 g	7,84 g 5,68 g 1,88 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00013) Óvoda Pécel	Húsleves , Cérametelt , Parajfőzelék , Főtt tojás, Félbarna kenyér	Karalábéleves , Budapest sertésragu, Tört burgonya , Céklasaláta	Pírtott tésztaleves, Kelkáposzta főzelék , Vagdalt , Félbarna kenyér	Lencseleves , Rizseshús , Csemege uborka	Pandúrleves , Káposztás kocka , Alma
		Energia: 307,79 Kcal / 1 286,56 KJ	Energia: 685,98 Kcal / 2 867,40 KJ	Energia: 470,53 Kcal / 1 966,82 KJ	Energia: 593,87 Kcal / 2 482,38 KJ	Energia: 448,06 Kcal / 1 872,89 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		14,68 g 13,31 g 2,10 g	29,49 g 30,87 g 9,17 g	20,21 g 20,44 g 5,46 g	22,48 g 17,92 g 3,93 g	15,43 g 6,82 g 0,92 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00013) Óvoda Pécel	Eperlekvár, Margarin, Tk. zsemle	Sajtos párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Kígyóuborka	Méz, Margarin, Tk. zsemle	Trappista sajt, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	Ízes levél
		Energia: 172,96 Kcal / 722,97 KJ	Energia: 180,22 Kcal / 753,32 KJ	Energia: 180,94 Kcal / 756,33 KJ	Energia: 250,13 Kcal / 1 045,54 KJ	Energia: 210,00 Kcal / 877,80 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		5,18 g 0,46 g 0,16 g	7,26 g 4,49 g 1,22 g	5,12 g 0,46 g 0,16 g	13,21 g 9,19 g 5,47 g	3,30 g 9,60 g 5,22 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só



Heti étlap 2025.07.21. - 2025.07.25.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00013) Óvoda Pécel	 	  		 	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

