



Heti étlap 2025.05.19. - 2025.05.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00013) Óvoda Pécel	Citromos tea , Szendvicsskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Kígyóborka	Karamell , Vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcs tea, Kenőmájas, Teljes kiőrlésű kenyér	Hideg tej, Csokis gabonagolyó	Citromos tea , Tojáskrém , Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika
		Energia: 229,31 Kcal / 958,52 KJ	Energia: 348,14 Kcal / 1 455,23 KJ	Energia: 242,88 Kcal / 1 015,24 KJ	Energia: 191,13 Kcal / 798,92 KJ	Energia: 217,27 Kcal / 908,19 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		5,48 g 8,75 g 3,97 g	11,70 g 11,70 g 4,40 g	7,18 g 4,99 g 1,80 g	8,35 g 4,13 g 0,43 g	7,16 g 4,92 g 0,71 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00013) Óvoda Pécel	Zöldborsóleves , Rántott csirke, Petrezselymes burgonya	Tárkonyos csirkeraguleves, Főtt tészta, Dejószórat , Félbarna kenyér	Gombaleves tejfölös, Lecsós csirkeragu, Párolt rizsköret , Alma	Májgaluska leves , Sóska mártás , Főtt burgonya 1/2, Főtt tojás, Félbarna kenyér	Pirított tésztaleves, Csirkemell csíkok , Lencsefőzelék
		Energia: 472,03 Kcal / 1 973,09 KJ	Energia: 545,25 Kcal / 2 279,15 KJ	Energia: 583,13 Kcal / 2 437,48 KJ	Energia: 490,61 Kcal / 2 050,75 KJ	Energia: 432,73 Kcal / 1 808,81 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		33,22 g 8,55 g 1,27 g	22,00 g 12,02 g 0,72 g	21,88 g 15,40 g 2,73 g	19,85 g 15,12 g 4,00 g	29,02 g 12,25 g 2,23 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Tízórai	(00013) Óvoda Pécel	5,48 g 8,75 g 3,97 g	11,70 g 11,70 g 4,40 g	7,18 g 4,99 g 1,80 g	8,35 g 4,13 g 0,43 g	7,16 g 4,92 g 0,71 g
		30,95 g 4,02 g 0,76 g	48,39 g 11,99 g 0,75 g	41,31 g 14,99 g 1,01 g	31,00 g 0,83 g 0,00 g	34,91 g 4,02 g 0,81 g



Heti étlap 2025.05.19. - 2025.05.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00013) Óvoda Pécel	Kockasajt , Zsemle , Paprika	Sertéspárizsi, Margarin, Zsemle , Újhagyma	Sajtkrém, Félbarna kenyér, Paradicsom	Olasz felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Kígyóborka	Sajt, lapka, Margarin, Félbarna kenyér, Hónapos retek										
		Energia: 185,88 Kcal / 776,98 KJ	Energia: 197,45 Kcal / 825,34 KJ	Energia: 211,55 Kcal / 884,28 KJ	Energia: 192,22 Kcal / 803,48 KJ	Energia: 174,38 Kcal / 728,91 KJ										
		Fehérje 6,66 g	Zsír 3,49 g	T.Zsírsav 1,00 g	Fehérje 8,14 g	Zsír 4,48 g	T.Zsírsav 1,14 g	Fehérje 6,30 g	Zsír 8,26 g	T.Zsírsav 4,59 g	Fehérje 7,76 g	Zsír 5,61 g	T.Zsírsav 1,88 g	Fehérje 8,03 g	Zsír 3,42 g	T.Zsírsav 1,81 g
		Szénhidrát 33,40 g	Cukor 0,00 g	Só 1,15 g	Szénhidrát 33,49 g	Cukor 0,00 g	Só 0,93 g	Szénhidrát 27,75 g	Cukor 0,00 g	Só 0,85 g	Szénhidrát 26,85 g	Cukor 0,00 g	Só 1,61 g	Szénhidrát 27,69 g	Cukor 0,00 g	Só 0,98 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!