



Heti étlap 2025.07.28. - 2025.08.01.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00013) Óvoda Pécel	Citromos tea , Zöldfűszeres szendvicsskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	Vaníliás tej , Vajkrém, TK. Kifli	Gyümölcs tea, Baromfi párizsi, Margarin, Tk. zsemle , Újhagyma	Kakaó, Margarin, Stangli	Citromos tea , Paprikás szalámi, Margarin, Falusi kenyér , Paprika
		Energia: 160,55 Kcal / 671,10 KJ	Energia: 336,10 Kcal / 1 404,90 KJ	Energia: 258,62 Kcal / 1 081,03 KJ	Energia: 259,91 Kcal / 1 086,42 KJ	Energia: 100,20 Kcal / 418,84 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		5,06 g 0,97 g 0,16 g	11,47 g 11,20 g 4,28 g	8,42 g 3,60 g 0,97 g	12,43 g 4,91 g 0,64 g	4,13 g 6,76 g 2,63 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00013) Óvoda Pécel	Rizsleves, Sárgaborsó főzelék , Fokhagymás sertésragu, Félbarna kenyér	Zellerkrémleves , Levesgyöngy , Csikós tokány, Főtt burgonya, Savanyúság	Csirkeraguleves , Főtt tészta, Mákszórás	Daragaluska leves , Rakott kel bulgarral, Félbarna kenyér, Alma	Gyümölcsleves , Rántott halrud , Párolt rizsköret , Tartármártás
		Energia: 456,28 Kcal / 1 907,25 KJ	Energia: 533,44 Kcal / 2 229,78 KJ	Energia: 555,64 Kcal / 2 322,58 KJ	Energia: 549,16 Kcal / 2 295,49 KJ	Energia: 735,06 Kcal / 3 072,55 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		23,01 g 13,61 g 3,09 g	18,08 g 20,51 g 6,50 g	23,57 g 12,51 g 2,24 g	20,40 g 25,94 g 6,86 g	17,46 g 37,61 g 6,21 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Tízórai	(00013) Óvoda Pécel	58,89 g 0,00 g 2,48 g	67,00 g 0,22 g 1,16 g	86,41 g 19,98 g 0,69 g	57,88 g 0,23 g 3,67 g	93,33 g 9,14 g 0,95 g



Heti étlap 2025.07.28. - 2025.08.01.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(00013) Óvoda Pécel	Áfonyalekvár, Margarin, Zsemle			Tojáskrém , Félbarna kenyér, Paprika			Gyümölcs joghurt, Kifli			Sajtkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom			Pogácsa, sajtos		
		Energia: 158,47 Kcal / 662,40 KJ			Energia: 196,77 Kcal / 822,50 KJ			Energia: 203,22 Kcal / 849,46 KJ			Energia: 214,23 Kcal / 895,48 KJ			Energia: 228,15 Kcal / 953,67 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
		5,59 g	0,73 g	0,02 g	7,38 g	4,70 g	0,61 g	6,86 g	3,21 g	3,13 g	6,00 g	8,46 g	4,69 g	3,08 g	16,37 g	4,47 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		34,34 g	0,00 g	0,71 g	31,02 g	0,00 g	0,91 g	36,28 g	12,99 g	0,49 g	27,60 g	0,00 g	0,75 g	16,86 g	0,00 g	0,99 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

