



Heti étlap 2025.09.01. - 2025.09.05.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00013) Óvoda Pécel	Limonádé, Szendvicskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Zöldség	Hideg vaníliás tej , Kifli	Gyümölcs tea, Sonka krém , Félbarna kenyér	Forralt tej , Margarin, Kakaós kalács	Limonádé, Zöldfűszeres margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Zöldség
		Energia: 272,64 Kcal / 1 139,64 KJ	Energia: 243,75 Kcal / 1 018,88 KJ	Energia: 207,28 Kcal / 866,43 KJ	Energia: 193,48 Kcal / 808,75 KJ	Energia: 198,42 Kcal / 829,40 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		5,49 g 8,83 g 3,97 g	10,41 g 3,16 g 0,41 g	6,72 g 1,49 g 0,02 g	9,55 g 5,71 g 1,53 g	5,02 g 0,98 g 0,14 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00013) Óvoda Pécel	Májgaluska leves , Piskóta kocka, Csokiöntet , Alma	Csontleves , Tavaszi sertésragu, Tököfzelék , Teljes kiőrlésű kenyér , Menü süti	Pírtott tésztaleves, Húsgombóc , Gyümölcsmártás , Főtt burgonya	Zöldség leves, Fokhagymás csirkeapró, Sárgaborsó főzelék , Teljes kiőrlésű kenyér	Paradicsom leves, Rántott halrud , Petrezselymes rizs, Savanyúság
		Energia: 509,11 Kcal / 2 128,08 KJ	Energia: 489,13 Kcal / 2 044,56 KJ	Energia: 541,58 Kcal / 2 263,80 KJ	Energia: 441,02 Kcal / 1 843,46 KJ	Energia: 618,23 Kcal / 2 584,20 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		17,11 g 16,75 g 2,21 g	11,12 g 22,84 g 2,56 g	16,09 g 15,30 g 5,02 g	32,89 g 11,31 g 2,24 g	16,51 g 28,12 g 1,64 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00013) Óvoda Pécel	Tavaszi felvágott , Margarin, Zsemle	Zöldhagymás szendvicskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Zöldség	Főtt tojás, Margarin, Tk. zsemle , Zöldség	Padlizsán krém , Teljes kiőrlésű kenyér, Zöldség	Pizzás csiga
		Energia: 182,39 Kcal / 762,39 KJ	Energia: 213,84 Kcal / 893,85 KJ	Energia: 220,17 Kcal / 920,31 KJ	Energia: 160,35 Kcal / 670,26 KJ	Energia: 200,45 Kcal / 837,88 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		7,47 g 3,61 g 1,12 g	5,46 g 8,79 g 3,97 g	10,84 g 5,35 g 1,40 g	5,72 g 1,55 g 0,29 g	7,35 g 11,85 g 0,00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só





Heti étlap 2025.09.01. - 2025.09.05.

	32,08 g	0,00 g	1,07 g	27,30 g	0,00 g	0,75 g	31,92 g	0,00 g	0,69 g	29,95 g	0,11 g	0,77 g	18,40 g	0,00 g	0,00 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

