

ÉTLAP

Óvoda

9.hét 2026.02.23.-2026.03.01.

sertésmentes külsős

	Hétfő 02.23	Kedd 02.24	Szerda 02.25	Csütörtök 02.26	Péntek 02.27
Ebéd	Tarkonyos csirkeragu leves (1;9;) EN:64.2kcal ZS:1.3g TZS:0.4g SZH:5.1g CK:0.4g FH:7.4g SÓ:1.9g	Zöldszégleves (9;12;) EN:34.2kcal ZS:2.1g TZS:0.2g SZH:3.2g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.9g	Köretkrémleves (1;) EN:70.9kcal ZS:0.7g TZS:0.1g SZH:16.6g CK:11.3g FH:1.0g SÓ:1.1g	Húsleves (9;) EN:35.7kcal ZS:0.8g TZS:0.2g SZH:3.5g CK:1.8g FH:3.0g SÓ:0.8g	PörélagymakréMLEves EN:54.9kcal ZS:3.1g TZS:0.3g SZH:5.6g CK:1.1g FH:1.2g SÓ:0.6g
	Tehéntúró (7;) EN:42.3kcal ZS:2.1g TZS:1.4g SZH:1.1g CK:1.1g FH:4.8g SÓ:0.0g	Fasírt golyó (1;6;) EN:223.9kcal ZS:18.2g TZS:2.6g SZH:7.8g CK:0.6g FH:6.6g SÓ:1.1g	Borsos pulykatokány (1;) EN:313.5kcal ZS:21.4g TZS:3.1g SZH:11.5g CK:0.0g FH:18.1g SÓ:0.9g	Levesbetét tészta (1;) EN:26.3kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:5.2g CK:0.2g FH:0.9g SÓ:0.2g	Pirított tészta (1;) EN:24.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:0.2g FH:0.9g SÓ:0.2g
	Teljöl (7;) EN:39.6kcal ZS:3.6g TZS:3.0g SZH:1.1g CK:1.1g FH:0.8g SÓ:0.0g	Paradicsommártás (1;) EN:169.6kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:37.4g CK:23.0g FH:3.1g SÓ:0.6g	Bulgur köret (1;) EN:364.5kcal ZS:10.8g TZS:1.0g SZH:56.0g CK:8.0g FH:10.4g SÓ:0.6g	Sült csirkemell EN:108.4kcal ZS:3.9g TZS:0.9g SZH:0.1g CK:0.1g FH:17.0g SÓ:0.4g	Rántott csirkemell (1;) EN:668.0kcal ZS:55.0g TZS:6.0g SZH:26.0g CK:1.0g FH:16.9g SÓ:2.1g
	Metélt tészta (1;) EN:307.9kcal ZS:10.5g TZS:1.5g SZH:44.4g CK:1.7g FH:7.8g SÓ:0.7g	Főtt burgonya (12;) EN:206.8kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:40.5g CK:0.0g FH:5.5g SÓ:0.6g		Lencsefőzelék (1;10;) EN:350.3kcal ZS:12.3g TZS:1.3g SZH:40.6g CK:5.1g FH:14.3g SÓ:0.9g	Petrezselymes burgonya (12;) EN:409.1kcal ZS:23.5g TZS:2.5g SZH:39.1g CK:0.0g FH:5.6g SÓ:0.2g
		Tepszilet (1;3;6;7;) EN:92.2kcal ZS:4.6g TZS:4.2g SZH:14.2g CK:8.1g FH:1.8g SÓ:0.0g		Banán EN:210.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:48.4g CK:30.0g FH:2.6g SÓ:0.0g	

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(fehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Gluten; 2-Rákfélék; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej; laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szerámmag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfű; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

tej-tojásmentes külsős

	Hétfő 02.23	Kedd 02.24	Szerda 02.25	Csütörtök 02.26	Péntek 02.27
Ebéd	Tárkonyos csirkereagu leves (1,9:) EN:64.2kcal ZS:1.3g TZS:0.4g SZH:5.1g CK:0.4g FH:7.4g SO:1.9g	Zöldégleves (9;12:) EN:34.2kcal ZS:2.1g TZS:0.2g SZH:3.2g CK:0.0g FH:0.4g SO:0.9g	Köretekrémleves (1:) EN:70.9kcal ZS:0.7g TZS:0.1g SZH:1.6g CK:1.1.3g FH:1.0g SO:1.1g	Húsleves (9:) EN:35.7kcal ZS:0.8g TZS:0.2g SZH:3.5g CK:1.8g FH:3.0g SO:0.8g	Póréhagymakrémléves EN:54.9kcal ZS:3.1g TZS:0.3g SZH:5.6g CK:1.1g FH:1.2g SO:0.6g
	Mák szórát EN:139.5kcal ZS:5.7g TZS:0.8g SZH:18.6g CK:15.0g FH:3.1g SO:0.0g	Fasírt golyó (1;6:) EN:223.9kcal ZS:18.2g TZS:2.6g SZH:7.8g CK:0.6g FH:6.6g SO:1.1g	Borsos pulykatokány (1:) EN:313.5kcal ZS:21.4g TZS:3.1g SZH:11.5g CK:0.0g FH:18.1g SO:0.9g	Levesbetét tészta (1:) EN:26.3kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:5.2g CK:0.2g FH:0.9g SO:0.2g	Pirított tészta (1:) EN:24.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:0.2g FH:0.9g SO:0.2g
	Metélt tészta (1:) EN:307.9kcal ZS:10.5g TZS:1.5g SZH:44.4g CK:1.7g FH:7.8g SO:0.7g	Paradicsommártás (1:) EN:169.6kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:37.4g CK:23.0g FH:3.1g SO:0.6g	Bulgur köret (1:) EN:364.5kcal ZS:10.8g TZS:1.0g SZH:56.0g CK:8.0g FH:10.4g SO:0.6g	Sertés sült EN:330.0kcal ZS:2.7.4g TZS:5.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:21.0g SO:0.2g	Rántott csirkemell (1:) EN:668.0kcal ZS:55.0g TZS:6.0g SZH:26.0g CK:1.0g FH:16.9g SO:2.1g
		Főtt burgonya (12:) EN:206.8kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:40.5g CK:0.0g FH:5.5g SO:0.6g		Lencsefőzelék (1;10:) EN:350.3kcal ZS:12.3g TZS:1.3g SZH:40.6g CK:5.1g FH:14.3g SO:0.9g	Petrezselymes burgonya (12:) EN:409.1kcal ZS:23.5g TZS:2.5g SZH:39.1g CK:0.0g FH:5.6g SO:0.2g
		Gesztenyerúd EN:89.4kcal ZS:3.1g TZS:2.8g SZH:14.0g CK:8.7g FH:1.1g SO:0.0g		Banán EN:210.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:48.4g CK:30.0g FH:2.6g SO:0.0g	

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(tejtett zsírsav: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(kehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag); Allergének: 1-Glutén; 2-Nátfélek; 3-Tojás; 4-Halal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej; laktóz; 8-Diófélek (mandula, mogyoró, diófélek, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfidok; 13-Ciliagfűrt; 14-Puhatestűek; * - édesítőszer tartalmaz.

tejmentes külsős

	Hétfő 02.23	Kedd 02.24	Szerda 02.25	Csütörtök 02.26	Péntek 02.27
Ebéd	Tárkonyos csirkeragu leves (1,9:) EN:64.2kcal ZS:1.3g TZS:0.4g SZH:5.1g CK:0.4g FH:7.4g SO:1.9g	Zöldégleves (9,12:) EN:34.2kcal ZS:2.1g TZS:0.2g SZH:3.2g CK:0.0g FH:0.4g SO:0.9g	Körtekrémleves (1:) EN:70.9kcal ZS:0.7g TZS:0.1g SZH:1.6g CK:1.1g FH:1.0g SO:1.1g	Húsleves (9:) EN:35.7kcal ZS:0.8g TZS:0.2g SZH:3.5g CK:1.8g FH:3.0g SO:0.8g	Póréhagymakrémleves EN:54.9kcal ZS:3.1g TZS:0.3g SZH:5.6g CK:1.1g FH:1.2g SO:0.6g
	Mák szórat EN:139.5kcal ZS:5.7g TZS:0.8g SZH:18.6g CK:15.0g FH:3.1g SO:0.0g	Fasírt golyó (1,6:) EN:223.9kcal ZS:18.2g TZS:2.6g SZH:7.8g CK:0.6g FH:6.6g SO:1.1g	Borsos pulykatokány (1:) EN:313.5kcal ZS:21.4g TZS:3.1g SZH:11.5g CK:0.0g FH:18.1g SO:0.9g	Levesbetét tészta (1:) EN:26.3kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:5.2g CK:0.2g FH:0.9g SO:0.2g	Pirított tészta (1:) EN:24.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:0.2g FH:0.9g SO:0.2g
	Metélt tészta (1:) EN:307.9kcal ZS:10.5g TZS:1.5g SZH:44.4g CK:1.7g FH:7.8g SO:0.7g	Paradicsommártás (1:) EN:169.6kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:37.4g CK:23.0g FH:3.1g SO:0.6g	Bulgur körlet (1:) EN:364.5kcal ZS:10.8g TZS:1.0g SZH:56.0g CK:8.0g FH:10.4g SO:0.6g	Sertés sült EN:330.0kcal ZS:27.4g TZS:5.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:21.0g SO:0.2g	Rántott csirkemell (1:) EN:668.0kcal ZS:55.0g TZS:6.0g SZH:26.0g CK:1.0g FH:16.9g SO:2.1g
		Főtt burgonya (12:) EN:206.8kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:40.5g CK:0.0g FH:5.5g SO:0.6g		Lencsefőzelék (1,10:) EN:350.3kcal ZS:12.3g TZS:1.3g SZH:40.6g CK:5.1g FH:14.3g SO:0.9g	Petrezselymes burgonya (12:) EN:409.1kcal ZS:23.5g TZS:2.5g SZH:39.1g CK:0.0g FH:5.6g SO:0.2g
		Gesztenyerúd EN:99.4kcal ZS:3.1g TZS:2.8g SZH:14.0g CK:8.7g FH:1.1g SO:0.0g		Banán EN:210.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:48.4g CK:30.0g FH:2.6g SO:0.0g	

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(fehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag); Allergének: 1-Glutén; 2-Rákfélék; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezámmag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítéssert tartalmaz.

ÉTLAP

	Hétfő 02.23	Kedd 02.24	Szerda 02.25	Csütörtök 02.26	Péntek 02.27
Ebéd	Tárkonyos csirkeragu leves (1,9:) EN:64.2kcal ZS:1.3g TZS:0.4g SZH:5.1g CK:0.4g FH:7.4g SO:1.9g	Zöldégleves (9;12:) EN:34.2kcal ZS:2.1g TZS:0.2g SZH:3.2g CK:0.0g FH:0.4g SO:0.9g	Körtékrémleves (1:) EN:70.9kcal ZS:0.7g TZS:0.1g SZH:1.6g CK:1.1g FH:1.0g SO:1.1g	Húsleves (9:) EN:35.7kcal ZS:0.8g TZS:0.2g SZH:3.5g CK:1.8g FH:3.0g SO:0.8g	Póréhagymakrémleves EN:54.9kcal ZS:3.1g TZS:0.3g SZH:5.6g CK:1.1g FH:1.2g SO:0.6g
	Tehéntúró (7:) EN:42.3kcal ZS:2.1g TZS:1.4g SZH:1.1g CK:1.1g FH:4.8g SO:0.0g	Fasírt golyó (1,6:) EN:223.9kcal ZS:18.2g TZS:2.6g SZH:7.8g CK:0.6g FH:6.6g SO:1.1g	Borsos pulykatokány (1:) EN:313.5kcal ZS:21.4g TZS:3.1g SZH:11.5g CK:0.0g FH:18.1g SO:0.9g	Levesbetét tészta (1:) EN:26.3kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:5.2g CK:0.2g FH:0.9g SO:0.2g	Pirított tészta (1:) EN:24.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:0.2g FH:0.9g SO:0.2g
	Tejföl (7:) EN:39.6kcal ZS:3.6g TZS:3.0g SZH:1.1g CK:1.1g FH:0.8g SO:0.0g	Paradicsommártás (1:) EN:169.6kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:37.4g CK:23.0g FH:3.1g SO:0.6g	Bulgur körlet (1:) EN:364.5kcal ZS:10.8g TZS:1.0g SZH:5.6g CK:8.0g FH:10.4g SO:0.6g	Sertés sült EN:330.0kcal ZS:27.4g TZS:5.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:21.0g SO:0.2g	Rántott csirkemell (1:) EN:668.0kcal ZS:55.0g TZS:6.0g SZH:2.6g CK:1.0g FH:16.9g SO:2.1g
	Metélt tészta (1:) EN:307.9kcal ZS:10.5g TZS:1.5g SZH:44.4g CK:1.7g FH:7.8g SO:0.7g	Főtt burgonya (12:) EN:206.8kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:40.5g CK:0.0g FH:5.5g SO:0.6g		Lencsefőzelék (1;10:) EN:350.3kcal ZS:12.3g TZS:1.3g SZH:40.6g CK:5.1g FH:14.3g SO:0.9g	Petrezselymes burgonya (12:) EN:409.1kcal ZS:23.5g TZS:2.5g SZH:39.1g CK:0.0g FH:5.6g SO:0.2g
		Gesztenyerúd EN:89.4kcal ZS:3.1g TZS:2.8g SZH:14.0g CK:8.7g FH:1.1g SO:0.0g		Banán EN:210.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:48.4g CK:30.0g FH:2.6g SO:0.0g	

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(zsír: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); CK(kukor: g/adag); FH(fehérje: g/adag); SO(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glütén; 2-Rákfélék; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej; laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szerámmag; 12-Kén-dioxid, szulfidok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszert tartalmaz.