

# Étlap ( Bölcsöde ( r, t, e,u) )

2019.03.04 - 2019.03.10.

<b>Hétfő</b> 2019.03.04	<b>Kedd</b> 2019.03.05.	<b>Szerda</b> 2019.03.06.	<b>Csütörtök</b> 2019.03.07.	<b>Péntek</b> 2019.03.08.
<p><b>Reggeli</b></p> <p>zala felvágott paradicsom kenyér fehér szeletelt 0,75 kg citromos tea</p> <p>E: 908(Kj) 217(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsir: 6(g)Cuk: 7(g)Só:1,24(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Szójabab,Tej,Diófélék,Sze</p>	<p>mákos búrkifli tejeskávé gyümölcs tea</p> <p>E:2 289(Kj) 548(KCal) F: 12(g)Kol: 20(g)Sz: 47(g) Zsir: 29(g)Cuk: 23(g)Só:0,70(g) Tel.Zs: 13(g)Ca: 293(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,Szójabab,Diófélék,Sze</p>	<p>magyaros vajkrém hónaposretek kornland kenyér kakaó gyümölcs tea</p> <p>E:1 242(Kj) 297(KCal) F: 11(g)Kol: 20(g)Sz: 42(g) Zsir: 9(g)Cuk: 21(g)Só:0,89(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 247(mg) Allergén:Tej,Glutén,Szezámag,Szójabab,Tojás,</p>	<p>méz margarin vaj ízu fonott kalács tej gyümölcs tea</p> <p>E:1 850(Kj) 443(KCal) F: 10(g)Kol: 20(g)Sz: 60(g) Zsir: 18(g)Cuk: 35(g)Só:0,57(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 264(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,Szójabab,Diófélék,Sze</p>	<p>főtt tojás margarin joghurtos zsemle vizes körte rostos gyüm.lé</p> <p>E:1 402(Kj) 335(KCal) F: 12(g)Kol:250(g)Sz: 44(g) Zsir: 11(g)Cuk: 14(g)Só:0,53(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 31(mg) Allergén:Tojás,Tej,Glutén,Szójabab,Diófélék,Sze</p>
<p><b>Tízórai</b></p> <p>tej</p> <p>E: 466(Kj) 111(KCal) F: 6(g)Kol: 20(g)Sz: 9(g) Zsir: 6(g)Cuk: 9(g)Só:0,20(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 228(mg) Allergén:Tej,</p>	<p>alma</p> <p>E: 58(Kj) 14(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 3(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 2(mg) Allergén:</p>	<p>körte</p> <p>E: 97(Kj) 23(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 5(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 7(mg) Allergén:</p>	<p>nutribella belga csokis teljes kiörlésű</p> <p>E: 642(Kj) 154(KCal) F: 2(g)Kol: 0(g)Sz: 18(g) Zsir: 9(g)Cuk: 6(g)Só:0,03(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Szójabab,Földimogyoró,Szezám</p>	<p>tej</p> <p>E: 466(Kj) 111(KCal) F: 6(g)Kol: 20(g)Sz: 9(g) Zsir: 6(g)Cuk: 9(g)Só:0,20(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 228(mg) Allergén:Tej,</p>
<p><b>Ebéd</b></p> <p>marha gulyásleves tejberizs, szórat ananász befőtt</p> <p>E:1 605(Kj) 384(KCal) F: 13(g)Kol: 34(g)Sz: 63(g) Zsir: 8(g)Cuk: 36(g)Só:1,20(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 181(mg) Allergén:Zeller,Glutén,Tojás,Tej,Mustár,Kéndioxid,</p>	<p>tojás leves tavaszi pulykavagdalt tökfőzelék</p> <p>E:1 392(Kj) 333(KCal) F: 20(g)Kol:282(g)Sz: 21(g) Zsir: 19(g)Cuk: 2(g)Só:2,10(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 47(mg) Allergén:Tojás,Glutén,Zeller,Kéndioxid,Szójabab,Tej,Diófélék,Szezámag,Mustár</p>	<p>temesvári sertéstokány árpagyöngy</p> <p>E:1 208(Kj) 289(KCal) F: 11(g)Kol: 29(g)Sz: 23(g) Zsir: 15(g)Cuk: 1(g)Só:1,37(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 38(mg) Allergén:Tej,Glutén,Zeller,Kéndioxid,Tojás,Mustár,Földimogyoró,Diófélék,Sze</p>	<p>rántott harcsa burgonyapüré cékla-alma saláta</p> <p>E:1 888(Kj) 452(KCal) F: 19(g)Kol: 56(g)Sz: 39(g) Zsir: 24(g)Cuk: 3(g)Só:2,37(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 198(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Szójabab,Tej,Diófélék,Sze</p>	<p>tárkonyos sertés raguleves túrós rétes</p> <p>E:1 414(Kj) 338(KCal) F: 12(g)Kol: 19(g)Sz: 28(g) Zsir: 19(g)Cuk: 13(g)Só:0,74(g) Tel.Zs: 10(g)Ca: 20(mg) Allergén:Zeller,Tej,Glutén,Tojás,Mustár,Szójabab</p>
<p><b>Üzsonna</b></p> <p>füstölt sajtos tonhalpástétom graham zsemle</p> <p>E: 871(Kj) 208(KCal) F: 10(g)Kol: 12(g)Sz: 32(g) Zsir: 4(g)Cuk: 0(g)Só:0,77(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 51(mg) Allergén:Szójabab,Halak,Tojás,Tej,Mustár,Glutén</p>	<p>edami sajt margarin multivitaminos uborka rozskenyér</p> <p>E:1 014(Kj) 243(KCal) F: 10(g)Kol: 27(g)Sz: 23(g) Zsir: 12(g)Cuk: 0(g)Só:1,33(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 217(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,Szójabab,Diófélék,Sze</p>	<p>joghurt gyümölcsös éleflórás szezámagos fonott</p> <p>E:1 064(Kj) 255(KCal) F: 9(g)Kol: 13(g)Sz: 40(g) Zsir: 6(g)Cuk: 17(g)Só:0,60(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 182(mg) Allergén:Tej,Glutén,Szezámag,Tojás,Szójabab,</p>	<p>kenőmájas tv.paprika teljes kiörlésű búzakenyér</p> <p>E: 895(Kj) 214(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só:1,10(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 19(mg) Allergén:Mustár,Zeller,Szójabab,Tej,Glutén,Toj</p>	<p>marha párizsi kaliforniai paprika kenyér graham</p> <p>E: 745(Kj) 178(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 22(g) Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só:1,14(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 11(mg) Allergén:Szójabab,Tej,Glutén,Tojás,Diófélék,Sze</p>