

# Étlap ( Bölcsöde ( r, t, e,u) )

2019.04.15 - 2019.04.21.

<b>Hétfő</b> 2019.04.15	<b>Kedd</b> 2019.04.16.	<b>Szerda</b> 2019.04.17.	<b>Csütörtök</b> 2019.04.18.	<b>Péntek</b> 2019.04.19.
<b>Reggeli</b> <p>marha párizsi paradicsom kornland kenyér citromos tea</p> <p>E: 882(Kj) 211(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 29(g) Zsir: 7(g)Cuk: 7(g)Só:1,06(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 14(mg) Allergén:Szójabab,Tej,Glutén,Szezám,Tojás,</p>	<p>gabonapehely mézes tej gyümölcs tea</p> <p>E: 844(Kj) 202(KCal) F: 7(g)Kol: 20(g)Sz: 28(g) Zsir: 6(g)Cuk: 21(g)Só:0,20(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 228(mg) Allergén:Glutén,Szójabab,Tej,</p>	<p>fonott kalács kakaó gyümölcs tea</p> <p>E:1 346(Kj) 322(KCal) F: 11(g)Kol: 20(g)Sz: 49(g) Zsir: 9(g)Cuk: 24(g)Só:0,56(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 257(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,Szójabab,Diófélék,Sze</p>	<p>mozzarella sajt margarin vaj ízu fehér kenyér körte rostos gyüm.lé</p> <p>E:1 309(Kj) 313(KCal) F: 10(g)Kol: 20(g)Sz: 38(g) Zsir: 12(g)Cuk: 15(g)Só:1,16(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 150(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,Szójabab,Diófélék,Sze</p>	<p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>
<b>Tízórai</b> <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>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>narancs</p> <p>E: 86(Kj) 21(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 4(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 22(mg) Allergén:</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>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 228(mg) Allergén:</p>
<b>Ebéd</b> <p>karalábé leves mézes-mustáros csirkecombfilé párolt rizs</p> <p>E:1 383(Kj) 331(KCal) F: 18(g)Kol: 22(g)Sz: 45(g) Zsir: 9(g)Cuk: 3(g)Só:1,89(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 6(mg) Allergén:Zeller,Glutén,Tojás,Tej,Mustár,</p>	<p>rakott burgonya kolbásszal,tojással vegyes savanyúság</p> <p>E:1 941(Kj) 464(KCal) F: 17(g)Kol:302(g)Sz: 33(g) Zsir: 30(g)Cuk: 1(g)Só:3,64(g) Tel.Zs: 11(g)Ca: 82(mg) Allergén:Zeller,Kén-dioxid,Tojás,Glutén,Tej,Mustár,</p>	<p>fahéjas szilva leves hentes tokány főtt tészta</p> <p>E:1 641(Kj) 393(KCal) F: 14(g)Kol: 42(g)Sz: 51(g) Zsir: 14(g)Cuk: 16(g)Só:2,08(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 13(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,Zeller,Mustár,</p>	<p>jakabgyulás - marhahússal almás ráncos</p> <p>E:1 868(Kj) 447(KCal) F: 12(g)Kol: 23(g)Sz: 50(g) Zsir: 22(g)Cuk: 10(g)Só:0,53(g) Tel.Zs: 10(g)Ca: 22(mg) Allergén:Zeller,Kén-dioxid,Tej,Glutén,Tojás,Szójabab,Diófélék,Sze</p>	<p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>
<b>Üzsonna</b> <p>joghurt natúr kornspitz</p> <p>E: 890(Kj) 213(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 36(g) Zsir: 3(g)Cuk: 5(g)Só:0,78(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 179(mg) Allergén:Tej,Glutén,Szójabab,Tojás,Diófélék,Sze</p>	<p>vajkrém-zöldfűszeres uborka kenyér graham</p> <p>E: 556(Kj) 133(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 21(g) Zsir: 3(g)Cuk: 0(g)Só:0,76(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 15(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,Szójabab,Diófélék,Sze</p>	<p>kenőmájás tv.paprika zsemle tönkölyös hajdinas</p> <p>E:1 193(Kj) 285(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 34(g) Zsir: 8(g)Cuk: 0(g)Só:1,17(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 33(mg) Allergén:Mustár,Zeller,Szójabab,Tej,Glutén,Sze</p>	<p>zala felvágott vajretek rozsos zsemle</p> <p>E: 974(Kj) 233(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 6(g)Cuk: 0(g)Só:0,93(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 27(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Szójabab,Tej,Diófélék,Sze</p>	<p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>