

# Étlap ( Bölcsöde ( r, t, e,u) )

2019.04.29 - 2019.05.05.

<b>Hétfő</b> 2019.04.29	<b>Kedd</b> 2019.04.30.	<b>Szerda</b> 2019.05.01.	<b>Csütörtök</b> 2019.05.02.	<b>Péntek</b> 2019.05.03.
<b>Reggeli</b> marha párizsi paradicsom fehér kenyér citromos tea  E: 896(Kj) 214(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsir: 6(g)Cuk: 7(g)Só:1,24(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 0(mg) Allergén:Szójabab,Tej,Glutén,Tojás,Diófélék,Sze	méz margarin vaj ízu zsemlevekni tej gyümölcs tea  E:1 539(Kj) 368(KCal) F: 9(g)Kol: 20(g)Sz: 55(g) Zsir: 12(g)Cuk: 32(g)Só:0,52(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 247(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,Szójabab,Diófélék,Sze	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:	sajtkrém natúr zsemle tönkölyös hajdinas tv.paprika tejeskávé gyümölcs tea  E:1 661(Kj) 397(KCal) F: 15(g)Kol: 20(g)Sz: 57(g) Zsir: 12(g)Cuk: 21(g)Só:1,15(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 396(mg) Allergén:Tej,Glutén,Szezámag,Tojás,Szójabab,	tejfölös túró kornland kenyér trópusi rostos gyüm.lé  E: 928(Kj) 222(KCal) F: 7(g)Kol: 9(g)Sz: 37(g) Zsir: 4(g)Cuk: 16(g)Só:0,71(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 39(mg) Allergén:Tej,Glutén,Szezámag,Szójabab,Tojás,
<b>Tízórai</b>  tej  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,	 alma  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:	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:	 narancs  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:	 tej  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,
<b>Ebéd</b>  betyár leves sajtos tejfölös spagetti  E:1 673(Kj) 400(KCal) F: 19(g)Kol: 91(g)Sz: 36(g) Zsir: 19(g)Cuk: 2(g)Só:2,26(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 220(mg) Allergén:Zeller,Kén-dioxid,Glutén,Tojás,Tej,Mustár,	zöldborsó leves húsgombóc-paradicsom mártás sós burgonya 1/2 adag  E:1 335(Kj) 319(KCal) F: 13(g)Kol: 36(g)Sz: 37(g) Zsir: 12(g)Cuk: 8(g)Só:1,74(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 35(mg) Allergén:Zeller,Glutén,Tojás,Tej,Mustár,	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:	szezámagos rántott harcsa barna rizs bírskompót  E:1 595(Kj) 382(KCal) F: 20(g)Kol: 38(g)Sz: 49(g) Zsir: 12(g)Cuk: 1(g)Só:1,12(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 164(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Szójabab,Tej,Diófélék,Sze	marha gulyásleves joghurtos barackos pite  E:2 856(Kj) 683(KCal) F: 17(g)Kol:144(g)Sz:106(g) Zsir: 21(g)Cuk: 62(g)Só:1,62(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 56(mg) Allergén:Zeller,Kén-dioxid,Glutén,Tojás,Tej,Mustár,Szójabab,Diófél
<b>Úzsonna</b>  majonézes-tojásos tonhalkrém graham zsemle  E: 968(Kj) 231(KCal) F: 11(g)Kol: 50(g)Sz: 32(g) Zsir: 6(g)Cuk: 0(g)Só:0,75(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 32(mg) Allergén:Szójabab,Halak,Tojás,Mustár,Glutén,T	vajkrém-magyaros jégsapreték rozskenyér  E: 649(Kj) 155(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 24(g) Zsir: 3(g)Cuk: 0(g)Só:0,73(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 14(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,Szójabab,Diófélék,Sze	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:	krémtúró milli nutribella belga csokis teljes kiörlésű  E:1 278(Kj) 306(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 42(g) Zsir: 12(g)Cuk: 28(g)Só:0,03(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 264(mg) Allergén:Tej,Mustár,Glutén,Szójabab,Földimogy	sonkás szelet margarin joghurtos uborka vizes zsemle  E: 899(Kj) 215(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 30(g) Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só:1,14(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 3(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,Szójabab,Diófélék,Sze