

# Étlap ( Bölcsöde ( r, t, e,u )

2019.06.17 - 2019.06.23.

<b>Hétfő</b> 2019.06.17	<b>Kedd</b> 2019.06.18.	<b>Szerda</b> 2019.06.19.	<b>Csütörtök</b> 2019.06.20.	<b>Péntek</b> 2019.06.21.
<b>Reggeli</b> <p>pulykamell sonka margarin-multivitaminos paradicsom kornland kenyér</p> <p>E: 895(Kj) 214(KCal) F: 8(g)Kol: 11(g)Sz: 29(g) Zsir: 7(g)Cuk: 7(g)Só:1,11(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 14(mg) Allergén:Tej,Glutén,Szezám, Szójabab, Tojás,</p>	<p>mazsolás kalács kakaó citromos limonádé</p> <p>E:1 307(Kj) 313(KCal) F: 9(g)Kol: 20(g)Sz: 50(g) Zsir: 8(g)Cuk: 30(g)Só:0,50(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 264(mg) Allergén:Glutén, Tojás, Tej, Szójabab, Diófélék, Sze</p>	<p>gouda sajt margarin-vajízú graham kenyér tej citromos limonádé</p> <p>E:1 658(Kj) 397(KCal) F: 16(g)Kol: 47(g)Sz: 37(g) Zsir: 20(g)Cuk: 16(g)Só:1,38(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 451(mg) Allergén:Tej,Glutén, Tojás, Szójabab, Diófélék, Sze</p>	<p>svájci kifli vanília tej citromos limonádé</p> <p>E:1 625(Kj) 389(KCal) F: 8(g)Kol: 20(g)Sz: 54(g) Zsir: 15(g)Cuk: 36(g)Só:0,51(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 266(mg) Allergén:Glutén, Tojás, Tej, Szójabab, Diófélék, Sze</p>	<p>virslis roppanos ketchup fehér kenyér rostos narancslé</p> <p>E:1 119(Kj) 268(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 41(g) Zsir: 7(g)Cuk: 16(g)Só:1,48(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 9(mg) Allergén:Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Diófélék, Sze</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: 240(mg) Allergén:Tej,</p>	<p>banán</p> <p>E: 395(Kj) 95(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 22(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 99(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>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>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: 240(mg) Allergén:Tej,</p>
<b>Ebéd</b> <p>köményes sertéssült zöldborsó főzelék</p> <p>E:1 128(Kj) 270(KCal) F: 21(g)Kol: 2(g)Sz: 20(g) Zsir: 12(g)Cuk: 9(g)Só:1,18(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 77(mg) Allergén:Glutén, Tej,</p>	<p>vajgaluska leves rakott karfiol-sertéshússal</p> <p>E:1 656(Kj) 396(KCal) F: 17(g)Kol:190(g)Sz: 26(g) Zsir: 24(g)Cuk: 1(g)Só:1,84(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 66(mg) Allergén:Glutén, Tej, Zeller, Tojás, Kén-dioxid, Mustár,</p>	<p>tojásleves pásztortarhonya-sertéshússal majonézes káposztasaláta</p> <p>E:1 735(Kj) 415(KCal) F: 16(g)Kol:164(g)Sz: 34(g) Zsir: 24(g)Cuk: 2(g)Só:7,84(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 35(mg) Allergén:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Kén-dioxid,</p>	<p>rántott csirkemellfilé párolt zöldségek 1/2 bulgur</p> <p>E:1 372(Kj) 328(KCal) F: 28(g)Kol: 75(g)Sz: 43(g) Zsir: 6(g)Cuk: 3(g)Só:1,77(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 17(mg) Allergén:Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Diófélék, Sze</p>	<p>sertésbecsínált leves meggyesnúdli mákbundában</p> <p>E:1 913(Kj) 458(KCal) F: 13(g)Kol: 15(g)Sz: 56(g) Zsir: 19(g)Cuk: 8(g)Só:2,07(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 166(mg) Allergén:Zeller, Tej, Glutén, Tojás, Mustár, Földim</p>
<b>Uzsonna</b> <p>natúr joghurt mini méz szezámagos fonott</p> <p>E:1 102(Kj) 264(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 48(g) Zsir: 4(g)Cuk: 6(g)Só:0,52(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 186(mg) Allergén:Tej,Glutén,Szezám, Tojás, Szójabab,</p>	<p>vajkrém-magyaros jégsapretek teljeskiórlésu búzakenyér</p> <p>E: 651(Kj) 156(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 23(g) Zsir: 3(g)Cuk: 0(g)Só:0,72(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 16(mg) Allergén:Tej, Glutén, Tojás, Szójabab, Diófélék, Sze</p>	<p>tojáskrém kápia paprika vizes zsemle</p> <p>E: 850(Kj) 203(KCal) F: 8(g)Kol:132(g)Sz: 30(g) Zsir: 5(g)Cuk: 0(g)Só:0,69(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 23(mg) Allergén:Mustár, Tej, Tojás, Glutén, Szójabab, Dióf</p>	<p>tejfölös túró uborka teljeskiórlésu búzakenyér</p> <p>E: 673(Kj) 161(KCal) F: 6(g)Kol: 9(g)Sz: 23(g) Zsir: 4(g)Cuk: 1(g)Só:0,75(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 42(mg) Allergén:Tej, Glutén, Tojás, Szójabab, Diófélék, Sze</p>	<p>kenőmájás tv.paprika roszos zsemle</p> <p>E:1 085(Kj) 259(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 6(g)Cuk: 0(g)Só:0,93(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 32(mg) Allergén:Mustár, Zeller, Szójabab, Tej, Glutén, Toj</p>