

Étlap (Ovoda (t,e,u))

2019.03.11 - 2019.03.17.

Hétfő 2019.03.11	Kedd 2019.03.12.	Szerda 2019.03.13.	Csütörtök 2019.03.14.	Péntek 2019.03.15.
<p>Tízórai</p> <p>baromfi párizsi margarin joghurtos paradicsom fehér kenyér citromos tea</p> <p>E:1 172(Kj) 280(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 13(g)Cuk: 7(g)Só:1,35(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,Szójabab,Diófélék</p>	<p>túrós csiga karamellás tej gyümölcs tea</p> <p>E:1 461(Kj) 350(KCal) F: 12(g)Kol: 20(g)Sz: 53(g) Zsir: 10(g)Cuk: 27(g)Só:0,50(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 258(mg) Allergén:Glutén,Tej,Tojás,Szójabab,Diófélék</p>	<p>zöldséges omlett korpás zsemle tej gyümölcs tea</p> <p>E:1 776(Kj) 425(KCal) F: 22(g)Kol:282(g)Sz: 43(g) Zsir: 17(g)Cuk: 14(g)Só:1,63(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 327(mg) Allergén:Tojás,Tej,Szezám,Glutén,Szója</p>	<p>körözött zsemle vizes trópusi rostos gyüm.lé</p> <p>E:1 222(Kj) 292(KCal) F: 10(g)Kol: 17(g)Sz: 46(g) Zsir: 6(g)Cuk: 17(g)Só:0,56(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 61(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,Szójabab,Diófélék</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>
<p>Ebéd</p> <p>karalábé leves sertés pörkölt kelkáposzta főzelék alma</p> <p>E:1 284(Kj) 307(KCal) F: 13(g)Kol: 38(g)Sz: 25(g) Zsir: 16(g)Cuk: 2(g)Só:2,42(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 52(mg) Allergén:Zeller,Glutén,Tojás,Tej,Mustár,Ké dioxid,</p>	<p>paradicsom leves majonézes sült csirke hagymás tört burgonya őszibarack befőtt</p> <p>E:2 197(Kj) 525(KCal) F: 27(g)Kol: 37(g)Sz: 60(g) Zsir: 20(g)Cuk: 23(g)Só:1,94(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 13(mg) Allergén:Glutén,Zeller,Tojás,Tej,Mustár,</p>	<p>zöldség leves vadas sertésszelet főtt sertéshús körte</p> <p>E:1 355(Kj) 324(KCal) F: 28(g)Kol: 4(g)Sz: 24(g) Zsir: 14(g)Cuk: 3(g)Só:1,24(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 60(mg) Allergén:Zeller,Glutén,Tojás,Mustár,Tej,</p>	<p>sárgaborsógulyás sertéshússal sárgabarackos gombóc banán</p> <p>E:3 119(Kj) 746(KCal) F: 18(g)Kol: 19(g)Sz:102(g) Zsir: 11(g)Cuk: 12(g)Só:2,19(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 148(mg) Allergén:Zeller,Glutén,Tojás,Tej,Mustár,Ké dioxid,Szójabab,Diófélék,Szezám,glag,</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>
<p>Uzsonna</p> <p>teljes kiőrlésű tepertős pogácsa alma</p> <p>E: 967(Kj) 231(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 29(g) Zsir: 11(g)Cuk: 1(g)Só:1,25(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 5(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Szójabab,Tej,Diófélék</p>	<p>vajkrém natúr jégcsapretek teljes kiőrlésű búzakenyér</p> <p>E: 696(Kj) 167(KCal) F: 5(g)Kol: 17(g)Sz: 24(g) Zsir: 4(g)Cuk: 0(g)Só:0,77(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 17(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,Szójabab,Diófélék</p>	<p>gouda sajt margarin multivitaminos uborka fehér kenyér</p> <p>E:1 144(Kj) 274(KCal) F: 11(g)Kol: 32(g)Sz: 24(g) Zsir: 15(g)Cuk: 0(g)Só:1,44(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 243(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,Szójabab,Diófélék</p>	<p>pulykamell sonka margarin vaj ízu tv.paprika kenyér graham</p> <p>E: 968(Kj) 232(KCal) F: 8(g)Kol: 14(g)Sz: 22(g) Zsir: 12(g)Cuk: 0(g)Só:1,26(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 14(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,Szójabab,Diófélék</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>