

# ÓVODA KONYHA EBÉD

2018. DECEMBER 03.-TÓL DECEMBER 07.- IG

49. HÉT

Étkezés	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK									
<b>EBÉD</b>	Daragaluska-leves	Zsemlegombóc leves	Gyümölcsleves	Zöldségkrémleves	Magyaros zellerleves									
	Köményes sertéssült Paradicsomos káposztafőzelék	Bakonyi csirkemell Copfocska tészta	Pinceragu Párolt rizs	Rántott sertésszelet Petrezselymes burgonya	Csőben sült zöldséges halfilé									
		Alma	Vitaminsaláta	Uborkasaláta										
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár		ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár		ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár									
	energia 898 kcal	fehérje 37 g	zsír 40 g	energia 1276 kcal	fehérje 53 g	zsír 58 g	energia 1093 kcal	fehérje 35 g	zsír 38 g	energia 1208 kcal	fehérje 41 g	zsír 59 g	energia 614 kcal	fehérje 38 g
szénhidrát 93 g	t. zsír 9 g	só 9,5 g	szénhidrát 126 g	t. zsír 10 g	só 9,9 g	szénhidrát 148 g	t. zsír 8 g	só 5,3 g	szénhidrát 122 g	t. zsír 14 g	só 8,3 g	szénhidrát 33 g	t. zsír 9 g	só 7,3 g

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**Jó étvágyat kívánunk!**

Az ételt fogyasztása előtt hő kezelni szükséges.

Hágen József s.k.  
intézményvezető

Bodnár Hajnalka s.k.  
ételmezésvezető

## ÓVODA KONYHA EBÉD

2018. DECEMBER 10.-TŐL DECEMBER 14.- IG

50. HÉT

Étkezés	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK									
<b>EBÉD</b>	Tejfölös karfiollevés	Csontleves	Hagymaleves sajtos kenyérkockával	Kertészleves	Citromos csirkeleves									
	Hentestokány Párolt rizs	Töltött káposzta	Olaszos csirkecomb Burgonyapüré	Sertés brassói Lencsefőzelék	Mákosrúd									
	Csemege uborka		Paradicsomsaláta		Alma									
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár		ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár								
	energia 1219 kcal	Fehérje 40 g	zsír 67 g	energia 746 kcal	fehérje 36 g	zsír 26 g	energia 1175 kcal	fehérje 59 g	zsír 53 g	energia 1035 kcal	fehérje 56 g	zsír 45 g	energia 1312 kcal	fehérje 47 g
szénhidrát 106 g	t. zsír 15 g	só 9,5 g	szénhidrát 89 g	t. zsír 12 g	só 13 g	szénhidrát 113 g	t. zsír 18 g	só 8,6 g	szénhidrát 98 g	t. zsír 9 g	Só 8,8 g	szénhidrát 166 g	t. zsír 16 g	só 3,6 g

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

Hágen József s.k.  
intézményvezető

**Jó étvágyat kívánunk!**

Az ételt fogyasztása előtt hő kezelni szükséges.  
Bodnár Hajnalka s.k.  
ételmezésvezető

## ÓVODA KONYHA EBÉD

2018. DECEMBER 17.-TŐL DECEMBER 21.- IG

51. HÉT

Étkezés	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK									
<b>EBÉD</b>	Tejfölös szárazbableves	Paradicsomleves	Őszibarackleves	Reszelttészta leves	Húsgombóc leves									
	Tarhonyáshús sertésből	Halfilé párolt zöldségekkel	Rántott csirke Rizibizi	Rácbab főzelék	Túrósbatyu									
	Káposztasaláta		Fejes saláta	Szaloncukor										
	ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár		ALLERGÉN: tej, glutén, hal, tojás, zeller, mustár		ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár									
	energia	fehérje	zsír	energia	fehérje	zsír	energia	fehérje	zsír	energia	fehérje	zsír	energia	fehérje
1149 kcal	47 g	41 g	658 kcal	43 g	23 g	1214 kcal	61 g	36 g	1326 kcal	41 g	56 g	1100 kcal	48 g	39 g
szénhidrát	t. zsír	só	szénhidrát	t. zsír	só	szénhidrát	t. zsír	só	szénhidrát	t. zsír	só	szénhidrát	t. zsír	só
143 g	8 g	8,4 g	67 g	2 g	6 g	165 g	8 g	5,3 g	157 g	12 g	9,8 g	133 g	15 g	4,1 g

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**  
Hágen József s.k.  
intézményvezető

**Jó étvágyat kívánunk!**

Az ételt fogyasztása előtt hő kezelni szükséges.  
Bodnár Hajnalka s.k.  
ételmezésvezető