

## ÓVODA KONYHA EBÉD

**36. HÉT**

**2024. 09. 02. - 2024.09.06.**

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
<b>EBÉD</b>	Zöldségkrémleves	Daragaluska leves	Magyaros gombaleves	Zsemlegombóc leves	Hagymaleves sajtos kenyér kocka																																													
	Rántott csirkemell Petrezselymes burgonya Sárgarépás káposztasaláta	Tojáslepeny Zöldborsófőzelék	Halfilé roston Párolt rizs	Milánói makaróni	Rakott karfiol																																													
	ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal: 1066</td><td>F45:</td><td>Zs: 42</td></tr> <tr><td>Sz: 124</td><td>Só: 8,3</td><td>T.zs: 9</td></tr> <tr><td>Cuk: 11</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal: 1066	F45:	Zs: 42	Sz: 124	Só: 8,3	T.zs: 9	Cuk: 11			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal: 1001</td><td>F: 43</td><td>Zs: 48</td></tr> <tr><td>Sz: 90</td><td>Só: 7,0</td><td>T.zs: 15</td></tr> <tr><td>Cuk: 18</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal: 1001	F: 43	Zs: 48	Sz: 90	Só: 7,0	T.zs: 15	Cuk: 18			ALLERGÉN: tej, glutén, hal, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal: 764</td><td>F: 28</td><td>Zs: 29</td></tr> <tr><td>Sz: 94</td><td>Só: 4,8</td><td>T.zs: 30</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal: 764	F: 28	Zs: 29	Sz: 94	Só: 4,8	T.zs: 30	Cuk:			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal: 1175</td><td>F: 47</td><td>Zs: 52</td></tr> <tr><td>Sz: 125</td><td>Só: 9,3</td><td>T.zs: 12</td></tr> <tr><td>Cuk: 8</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal: 1175	F: 47	Zs: 52	Sz: 125	Só: 9,3	T.zs: 12	Cuk: 8			ALLERGÉNEK: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal: 655</td><td>F: 33</td><td>Zs: 31</td></tr> <tr><td>Sz: 56</td><td>Só: 4,0</td><td>T.zs: 10</td></tr> <tr><td>Cuk: 2</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal: 655	F: 33	Zs: 31	Sz: 56	Só: 4,0	T.zs: 10	Cuk: 2		
Kcal: 1066	F45:	Zs: 42																																																
Sz: 124	Só: 8,3	T.zs: 9																																																
Cuk: 11																																																		
Kcal: 1001	F: 43	Zs: 48																																																
Sz: 90	Só: 7,0	T.zs: 15																																																
Cuk: 18																																																		
Kcal: 764	F: 28	Zs: 29																																																
Sz: 94	Só: 4,8	T.zs: 30																																																
Cuk:																																																		
Kcal: 1175	F: 47	Zs: 52																																																
Sz: 125	Só: 9,3	T.zs: 12																																																
Cuk: 8																																																		
Kcal: 655	F: 33	Zs: 31																																																
Sz: 56	Só: 4,0	T.zs: 10																																																
Cuk: 2																																																		

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

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

Csibi Lajos s.k.  
intézményvezető

**Jó étvágyat kívánunk!**

.....  
ételmezésvezető

## ÓVODA KONYHA EBÉD

**37. HÉT**

**2024. 09.09. - 2024. 09.13.**

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																												
<b>EBÉD</b>	Zöldséges rizsleves	Fahéjas szilvaleves		Tarhonya leves	Májgaluska leves																																												
	Csikóstokány kiskagyló tészta	Sült csirkemell Burgonyapüré Káposztasaláta	Csirkebrassói Édeskáposztafőzelék Gyümölcsle 100%	Gömb fasírt Sárgaborsó főzelék Nektarin	Ferdinánd																																												
	ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:1231</td><td>F:744</td><td>Zs:59</td></tr> <tr><td>Sz: 126</td><td>Só:8,3</td><td>T.zs:14</td></tr> <tr><td>Cuk:0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:1231	F:744	Zs:59	Sz: 126	Só:8,3	T.zs:14	Cuk:0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:1018</td><td>F:46</td><td>Zs:33</td></tr> <tr><td>Sz: 132</td><td>Só:5,7</td><td>T.zs:13</td></tr> <tr><td>Cuk: 31</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:1018	F:46	Zs:33	Sz: 132	Só:5,7	T.zs:13	Cuk: 31			ALLERGÉN: tej, glutén, <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:445</td><td>F:29</td><td>Zs:18</td></tr> <tr><td>Sz: 40</td><td>Só:2,2</td><td>T.zs:4</td></tr> <tr><td>Cuk:0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:445	F:29	Zs:18	Sz: 40	Só:2,2	T.zs:4	Cuk:0			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:957</td><td>F:42</td><td>Zs:36</td></tr> <tr><td>Sz: 111</td><td>Só:7,2</td><td>T.zs:5</td></tr> <tr><td>Cuk: 1</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:957	F:42	Zs:36	Sz: 111	Só:7,2	T.zs:5	Cuk: 1			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár, dióféle <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:1066</td><td>F:30</td><td>Zs:48</td></tr> <tr><td>Sz:125</td><td>Só:0,7</td><td>T.zs:17</td></tr> <tr><td>Cuk:41</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:1066	F:30	Zs:48	Sz:125	Só:0,7	T.zs:17	Cuk:41	
Kcal:1231	F:744	Zs:59																																															
Sz: 126	Só:8,3	T.zs:14																																															
Cuk:0																																																	
Kcal:1018	F:46	Zs:33																																															
Sz: 132	Só:5,7	T.zs:13																																															
Cuk: 31																																																	
Kcal:445	F:29	Zs:18																																															
Sz: 40	Só:2,2	T.zs:4																																															
Cuk:0																																																	
Kcal:957	F:42	Zs:36																																															
Sz: 111	Só:7,2	T.zs:5																																															
Cuk: 1																																																	
Kcal:1066	F:30	Zs:48																																															
Sz:125	Só:0,7	T.zs:17																																															
Cuk:41																																																	

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

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

Csibi Lajos s.k.  
intézményvezető

**Jó étvágyat kívánunk!**

.....  
ételmezésvezető

## ÓVODA KONYHA EBÉD

**38. HÉT**

**2024. 09. 16. - 2024. 09.20.**

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																												
<b>EBÉD</b>	Reszelttészta leves	Brokkoli krémleves	Sertéshús leves	Tejfölös-tárkonyos zöldségleves	Csirkeragu leves																																												
	Töltött paprika	Tavaszi csirkemell ragu Párolt rizs Uborkasaláta	Főtt hús Gyümölcsmártás Pírtott dara	Rántott halfilé Petrezselymes burgonya Paradicsomsaláta	Káposztás kocka																																												
	ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: small;"> <tr><td>Kcal:752</td><td>F:33</td><td>Zs:33</td></tr> <tr><td>Sz:78</td><td>Só:8,1</td><td>T.zs:9</td></tr> <tr><td>Cuk: 19</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:752	F:33	Zs:33	Sz:78	Só:8,1	T.zs:9	Cuk: 19			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: small;"> <tr><td>Kcal:1108</td><td>F:43</td><td>Zs:49</td></tr> <tr><td>Sz:117</td><td>Só:7,4</td><td>T.zs:9</td></tr> <tr><td>Cuk: 11</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:1108	F:43	Zs:49	Sz:117	Só:7,4	T.zs:9	Cuk: 11			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: small;"> <tr><td>Kcal:950</td><td>F:32</td><td>Zs:38</td></tr> <tr><td>Sz:117</td><td>Só:4,2</td><td>T.zs:9</td></tr> <tr><td>Cuk: 33</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:950	F:32	Zs:38	Sz:117	Só:4,2	T.zs:9	Cuk: 33			ALLERGÉN: tej, glutén, hal, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: small;"> <tr><td>Kcal:920</td><td>F:50</td><td>Zs:27</td></tr> <tr><td>Sz:117</td><td>Só:8,3</td><td>T.zs:6</td></tr> <tr><td>Cuk: 12</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:920	F:50	Zs:27	Sz:117	Só:8,3	T.zs:6	Cuk: 12			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: small;"> <tr><td>Kcal:916</td><td>F:36</td><td>Zs:32</td></tr> <tr><td>Sz:116</td><td>Só:7,2</td><td>T.zs:4</td></tr> <tr><td>Cuk: 15</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:916	F:36	Zs:32	Sz:116	Só:7,2	T.zs:4	Cuk: 15	
Kcal:752	F:33	Zs:33																																															
Sz:78	Só:8,1	T.zs:9																																															
Cuk: 19																																																	
Kcal:1108	F:43	Zs:49																																															
Sz:117	Só:7,4	T.zs:9																																															
Cuk: 11																																																	
Kcal:950	F:32	Zs:38																																															
Sz:117	Só:4,2	T.zs:9																																															
Cuk: 33																																																	
Kcal:920	F:50	Zs:27																																															
Sz:117	Só:8,3	T.zs:6																																															
Cuk: 12																																																	
Kcal:916	F:36	Zs:32																																															
Sz:116	Só:7,2	T.zs:4																																															
Cuk: 15																																																	

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

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

Csibi Lajos s.k.  
intézményvezető

**Jó étvágyat kívánunk!**

.....  
ételmezésvezető

## ÓVODA KONYHA EBÉD

**39. HÉT**

**2024. 09. 23. - 2024.09.27.**

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																												
<b>EBÉD</b>	Zöldséges karfiol leves	Paradicsomleves	Frankfurtileves	Nokedlileves	Savanyú tojásleves																																												
	Sertéspörkölt Lencsefőzelék	Töltött csirkecomb Burgonyapüré Vitaminsaláta	Mákos metélt Alma	Majorannás sertéstokány Tökfőzelék	Pinceragu Párolt rizs Jégsaláta																																												
	ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal: 1096</td><td>F:55</td><td>Zs:54</td></tr> <tr><td>Sz:94</td><td>Só:9,3</td><td>T.zs:10</td></tr> <tr><td>Cuk: 11</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal: 1096	F:55	Zs:54	Sz:94	Só:9,3	T.zs:10	Cuk: 11			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:1225</td><td>F:55</td><td>Zs:51</td></tr> <tr><td>Sz:131</td><td>Só:9,0</td><td>T.zs:15</td></tr> <tr><td>Cuk: 32</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:1225	F:55	Zs:51	Sz:131	Só:9,0	T.zs:15	Cuk: 32			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:1107</td><td>F:33</td><td>Zs:52</td></tr> <tr><td>Sz:125</td><td>Só:6,0</td><td>T.zs:15</td></tr> <tr><td>Cuk: 21</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:1107	F:33	Zs:52	Sz:125	Só:6,0	T.zs:15	Cuk: 21			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:920</td><td>F:32</td><td>Zs:57</td></tr> <tr><td>Sz:65</td><td>Só:9,4</td><td>T.zs:116</td></tr> <tr><td>Cuk: 21</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:920	F:32	Zs:57	Sz:65	Só:9,4	T.zs:116	Cuk: 21			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:977</td><td>F:37</td><td>Zs:38</td></tr> <tr><td>Sz:115</td><td>Só:7,4</td><td>T.zs:9</td></tr> <tr><td>Cuk: 10</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:977	F:37	Zs:38	Sz:115	Só:7,4	T.zs:9	Cuk: 10	
Kcal: 1096	F:55	Zs:54																																															
Sz:94	Só:9,3	T.zs:10																																															
Cuk: 11																																																	
Kcal:1225	F:55	Zs:51																																															
Sz:131	Só:9,0	T.zs:15																																															
Cuk: 32																																																	
Kcal:1107	F:33	Zs:52																																															
Sz:125	Só:6,0	T.zs:15																																															
Cuk: 21																																																	
Kcal:920	F:32	Zs:57																																															
Sz:65	Só:9,4	T.zs:116																																															
Cuk: 21																																																	
Kcal:977	F:37	Zs:38																																															
Sz:115	Só:7,4	T.zs:9																																															
Cuk: 10																																																	

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

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

Csibi Lajos s.k.  
intézményvezető

**Jó étvágyat kívánunk!**

.....  
ételmezésvezető

## ÓVODA KONYHA EBÉD

**40. HÉT**

**2024. 09. 30 - 2024.09.30.**

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																												
<b>EBÉD</b>	Daragaluska leves																																																
	Vagdaltszelet Zöldbabfőzelék																																																
	ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:795</td><td>F:32</td><td>Zs:40</td></tr> <tr><td>Sz:71</td><td>Só:9,4</td><td>T.zs:9</td></tr> <tr><td>Cuk: 12</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:795	F:32	Zs:40	Sz:71	Só:9,4	T.zs:9	Cuk: 12			ALLERGÉN: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	Sz:	Só:	T.zs:	Cuk:			ALLERGÉN: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	Sz:	Só:	T.zs:	Cuk:			ALLERGÉN: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	Sz:	Só:	T.zs:	Cuk:			ALLERGÉN: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	Sz:	Só:	T.zs:	Cuk:	
Kcal:795	F:32	Zs:40																																															
Sz:71	Só:9,4	T.zs:9																																															
Cuk: 12																																																	
Kcal:	F:	Zs:																																															
Sz:	Só:	T.zs:																																															
Cuk:																																																	
Kcal:	F:	Zs:																																															
Sz:	Só:	T.zs:																																															
Cuk:																																																	
Kcal:	F:	Zs:																																															
Sz:	Só:	T.zs:																																															
Cuk:																																																	
Kcal:	F:	Zs:																																															
Sz:	Só:	T.zs:																																															
Cuk:																																																	

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

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

Csibi Lajos s.k.  
intézményvezető

**Jó étvágyat kívánunk!**

.....  
ételmezésvezető