

## 2024 Vidámságok Háza Óvoda - 50. hét

	HÉTFŐ 09	KEDD 10	SZERDA 11	CSÜTÖRTÖK 12	PÉNTEK 13
Reggeli	Tej Túrós táska	Gyümölcsstea Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Gyümölcsstea Tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Gyümölcsstea Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Gyümölcsstea Cottage cheese Teljeskiőrlésű kenyér Zöldség
	allergén: G, T, To, Sz Sze, D, M (Energ.(Kcal):320.50 Zsír(g):13.50 Feh.(g):12.30 Széh.(g):36.60 Cukor(g):8.00 Só(g):0.50)	allergén G, T, To, Sz Sze, D, M (Energ.(Kcal):192.66 Zsír(g):3.00 Tel.zs(g):0.62 Feh.(g):8.27 Széh.(g):31.98 Cukor(g):0.43 Só(g):0.74)	allergén G, T, To, Sz Sze, D, M (Energ.(Kcal):193.87 Zsír(g):2.55 Tel.zs(g):0.32 Feh.(g):9.26 Széh.(g):32.26 Cukor(g):0.43 Só(g):0.72)	allergén: G, T, To, Sz Sze, D, M (Energ.(Kcal):180.86 Zsír(g):3.20 Tel.zs(g):1.77 Feh.(g):4.61 Széh.(g):32.18 Cukor(g):0.71 Só(g):0.79)	allergén: G, T, To, Sz Sze, D, M (Energ.(Kcal):185.06 Zsír(g):2.05 Tel.zs(g):0.02 Feh.(g):7.81 Széh.(g):32.70 Cukor(g):1.27 Só(g):0.87)
Tízórai	gyümölcs	gyümölcs	gyümölcs	gyümölcs	gyümölcs
Ebéd	Zöldbableves Sajtos halporció Párolt rizs	Frankfurti leves Szilva töltelékes gombóc	Tojásleves pirított kenyérkockával Vagdalt pogácsa – sütőben sütve Burgonyafőzelék	Paradicsomleves Párolt csirkemell Burgonyakrokett	Alföldi csibelevés Mákos metélt
	allergén: Leves: G, T második: G, To, Sze, D, Must, Sz (Energ.(Kcal):505.76 Zsír(g):21.23 Tel.zs(g):0.98 Feh.(g):14.55 Széh.(g):62.92 Cukor(g):1.12 Só(g):1.71)	allergén:Leves:, G, Sz, Must, Z második: G, T (Energ.(Kcal):787.96 Zsír(g):19.43 Tel.zs(g):2.91 Feh.(g):20.78 Széh.(g):130.52 Cukor(g):0.48 Só(g):1.10)	allergén:Leves:, G, To, Z második: G, T, To, Sz Sze, D, M (Energ.(Kcal):563.94 Zsír(g):21.77 Tel.zs(g):1.51 Feh.(g):23.88 Széh.(g):60.97 Cukor(g):1.03 Só(g):1.56)	allergén: Leves: G, To, Must, Sz második: G, T, To (Energ.(Kcal):538.01 Zsír(g):27.11 Feh.(g):18.52 Széh.(g):52.71 Só(g):0.76)	allergén:Leves: G, Sz, Must, Z második G, T, To Sz Sze, D, Must (Energ.(Kcal):565.22 Zsír(g):17.07 Tel.zs(g):0.75 Feh.(g):20.35 Széh.(g):81.45 Cukor(g):0.33 Só(g):1.10)
Uzsonna	Szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Májkrém Kifli Uborka	100%-os gyümölcslé Tönkölyös kocka	Szívecske puding Zabkeksz	Virslis croissant
	allergén: : G, T, To, Sz (Energ.(Kcal):170.85 Zsír(g):4.68 Tel.zs(g):0.62 Feh.(g):6.35 Széh.(g):24.87 Cukor(g):0.52 Só(g):1.14)	allergén: G, T, To, Sz Sze, D, M (Energ.(Kcal):255.58 Zsír(g):8.08 Tel.zs(g):2.60 Feh.(g):9.20 Széh.(g):36.02 Cukor(g):2.04 Só(g):1.22)	allergén G, T, To, Sz, D (Energ.(Kcal):195.60 Zsír(g):0.81 Feh.(g):4.65 Széh.(g):33.75 Cukor(g):16.98 Só(g):0.57)	allergén: G, T, Sz Sze, D, M (Energ.(Kcal):234.50 Zsír(g):7.43 Tel.zs(g):2.73 Feh.(g):3.63 Széh.(g):37.75 Cukor(g):22.35 Só(g):0.79)	allergén: G, T, To (Energ.(Kcal):209.55 Zsír(g):11.55 Tel.zs(g):2.81 Feh.(g):8.80 Széh.(g):17.60 Cukor(g):0.72 Só(g):1.38)
<b>Változtatás jogát fenntartom</b>					
<p>Tésztaink, tojás nélküli durumbúzából készültek.                  Jelmagyarázat:G=glutén To=tojás T=tejfehérje M=mogyoró, földimogyoró D=diófélék Z=zeller Sz=szójabab Mu=mustár, Sze=szezám, H=hal                  En=energia, Feh=fehérje, Zs=zsír, Széh=szénhidrát                  Uzsonna mellé minden nap biztosított a tej, az előírt napi fehérje és kalcium bevitel miatt.</p>					

QualitySoft Prodius integrált Rendszer (3.2.160901.3593)  
Felhasználói jog tulajdonosa:Müller&Varga Kft,Tatabánya