

Étlap

2026. június 15 - 2026. június 19

Óvoda 3-6 (háromszori étkezés)

Étkezés	2026.06.15 Hétfő	2026.06.16 Kedd	2026.06.17 Szerda	2026.06.18 Csütörtök	2026.06.19 Péntek
Tízórai	<p>tej friss 5/1⁷</p> <p>E: 66kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p> <p>Kakaós csiga 60 g¹</p> <p>E: 280kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p>	<p>Tejeskávé⁷</p> <p>E: 113kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 2g, Feh.: 6g, CH: 14g, Cuk: 5g, Só: 0,3g</p> <p>Briós 50 g^{1,3,7}</p> <p>E: 167kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p>	<p>tej friss 5/1⁷</p> <p>E: 66kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p> <p>Sajtos pogácsa 50 g^{1,3,6,7}</p> <p>E: 212kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 1,2g</p>	<p>tej friss 5/1⁷</p> <p>E: 66kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p> <p>Főtt tojás³</p> <p>E: 25kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p>Flóra margarin</p> <p>E: 27kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p>Hétmagvas kenyér¹</p> <p>E: 145kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p> <p>Kígyóuborka</p> <p>E: 2kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p>Gyümölcs tea</p> <p>E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g</p> <p>Házi kenőmájás^{6,10}</p> <p>E: 50kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g</p> <p>Zsemle¹</p> <p>E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p>Zöldpaprika</p> <p>E: 6kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>
Ebéd	<p>Lebbencsleves¹</p> <p>E: 95kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 2,1g</p> <p>Sült virsli</p> <p>E: 174kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 0g, Feh.: 8g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 1,1g</p> <p>Lencsefőzelék^{1,6,8,10,11}</p> <p>E: 222kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 12g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 1,3g</p> <p>Barna magvas kenyér^{1,6}</p> <p>E: 80kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p>	<p>Csontleves csigatésztával^{1,3,9}</p> <p>E: 110kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 2,8g</p> <p>Sváb pecsenye</p> <p>E: 156kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 19g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 1,9g</p> <p>Petrezselymes párolt rizs</p> <p>E: 241kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 42g, Cuk: 0g, Só: 1,3g</p>	<p>Tojásleves^{1,3}</p> <p>E: 49kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 1,6g</p> <p>Halrudacska rántva^{1,3,4}</p> <p>E: 227kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 0g, Feh.: 12g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p>Burgonyapüré⁷</p> <p>E: 210kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 30g, Cuk: 0g, Só: 2,6g</p> <p>Csemege uborka</p> <p>E: 3kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p>	<p>Karfiol leves^{1,7}</p> <p>E: 75kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 1,6g</p> <p>Rakott tészta^{1,3,7}</p> <p>E: 465kcal, Zsír: 24g, T.zsír: 11g, Feh.: 17g, CH: 41g, Cuk: 3g, Só: 2,0g</p> <p>Alma</p> <p>E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p>Frankfurti leves^{1,7}</p> <p>E: 166kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 3,0g</p> <p>Túró töltelikes gombóc^{1,3,7}</p> <p>E: 210kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 2g, Feh.: 24g, CH: 111g, Cuk: 9g, Só: 0,4g</p> <p>Barna magvas kenyér^{1,6}</p> <p>E: 80kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p>
Uzsonna	<p>Gyümölcs tea</p> <p>E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g</p> <p>Teljes kiőrlésű zsemle 1 db¹</p> <p>E: 128kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p>Kockasajt 1 db⁷</p> <p>E: 51kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p> <p>Alma</p> <p>E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p>Gyümölcs tea</p> <p>E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g</p> <p>Házi magyaros vajkrém⁷</p> <p>E: 139kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 5g, Feh.: 1g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 9,8g</p> <p>Teljes kiőrlésű zsemle 1 db¹</p> <p>E: 128kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p>Zöldpaprika</p> <p>E: 6kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p>Gyümölcs tea</p> <p>E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g</p> <p>Natúr joghurt 5/1⁷</p> <p>E: 81kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p>Natúr joghurt 5/1⁷</p> <p>E: 81kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p>Almás párna 50 g tk. 1 db^{1,3,6,7}</p> <p>E: 173kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p>	<p>Natúr joghurt 5/1⁷</p> <p>E: 81kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p>Gyümölcs tea</p> <p>E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g</p> <p>Bordás 1 db 40 g-os^{1,7}</p> <p>E: 109kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p>	<p>Gyümölcs joghurt⁷</p> <p>E: 85kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p>Gyümölcs tea</p> <p>E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g</p> <p>Sós pereg¹</p> <p>E: 211kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 34g, Cuk: 0g, Só: 3,8g</p>

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt



Handwritten signatures and initials in blue ink, including a large 'K' and 'S' and another signature.

A változás jogát fenntartjuk!

Óvoda 3-6 gluténszegény (egyszeri étkezés)

2026. június 15 - 2026. június 19

Étkezés	2026.06.15 Hétfő	2026.06.16 Kedd	2026.06.17 Szerda	2026.06.18 Csütörtök	2026.06.19 Péntek
Ebéd	Lebbencsleves gsz. E: 93kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 1,6g Sült virsli E: 174kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 0g, Feh.: 8g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 1,1g Lencsefőzelék gsz. ^{+1,6,8,10,11} E: 219kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 11g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Csontleves glutén- tojásmentes tésztával⁹ E: 106kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 1,6g Sváb pecsenye E: 156kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 19g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 1,9g Petrezselymes párolt rizs E: 241kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 42g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	Tojásleves gsz.³ E: 48kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 1,6g Halrudacska rántva gsz., tojásm.⁴ E: 201kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 0g, Feh.: 11g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Burgonyapüré⁷ E: 210kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 30g, Cuk: 0g, Só: 2,6g Csemege uborka E: 3kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Karfiol leves gsz.⁷ E: 76kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 1,6g Húsos tészta gsz.⁷ E: 506kcal, Zsír: 24g, T.zsír: 11g, Feh.: 14g, CH: 53g, Cuk: 1g, Só: 1,7g Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Frankfurti leves gsz.⁷ E: 139kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 0,7g Sonkás tészta gsz. E: 227kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 0g, Feh.: 8g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 1,7g

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt



Handwritten signatures and initials in blue ink, including 'M. S.' and 'G.'.

Óvoda 3-6 laktózmentes (háromszori étkezés)

2026. június 15 - 2026. június 19

Étkezés	2026.06.15 Hétfő	2026.06.16 Kedd	2026.06.17 Szerda	2026.06.18 Csütörtök	2026.06.19 Péntek
Tízórai	Tej Im.⁷ E: 88kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 2g, Feh.: 6g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Flóra margarin E: 27kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Gyümölcs lekvár E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 9g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Tej Im.⁷ E: 88kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 2g, Feh.: 6g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Flóra margarin E: 27kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Méz E: 32kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Tej Im.⁷ E: 88kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 2g, Feh.: 6g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Csirkemellsonka⁶ E: 25kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Flóra margarin E: 27kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Zöldpaprika E: 6kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Tej Im.⁷ E: 88kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 2g, Feh.: 6g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Főtt tojás³ E: 25kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Flóra margarin E: 27kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Hétmagvas kenyér¹ E: 145kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Kígyóborka E: 2kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Házi kenőmájás^{6,10} E: 50kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Zöldpaprika E: 6kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g
Ebéd	Lebbencsleves¹ E: 94kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,6g Sült virsli E: 174kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 0g, Feh.: 8g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 1,1g Lencsefőzelék^{1,6,8,10,11} E: 222kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 12g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 1,3g Barna magvas kenyér^{1,6} E: 80kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Csontleves csigatészta^{1,3,9} E: 110kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 2,8g Sváb pecsenye E: 156kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 19g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 1,9g Petrezselymes párolt rizs E: 241kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 42g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	Tojásleves^{1,3} E: 49kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 1,6g Halrudacska rántva^{1,3,4} E: 227kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 0g, Feh.: 12g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Burgonyapüré tejmentes E: 122kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Csemege uborka E: 3kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Karfiol leves tm.¹ E: 62kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 1,5g Húsos tészta tm.^{1,3} E: 370kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 5g, Feh.: 12g, CH: 51g, Cuk: 1g, Só: 0,9g Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Frankfurti leves tm.¹ E: 236kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 2,7g Prézlis tészta¹ E: 423kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 82g, Cuk: 25g, Só: 0,7g Barna magvas kenyér^{1,6} E: 80kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,3g
Uzsonna	Gyümölcs tea E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Teljes kiörlésű zsemle 1 db¹ E: 128kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Laktózmentes kocka sajt 1 darab⁷ E: 35kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 4g, Feh.: 2g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Flóra margarin E: 27kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Teljes kiörlésű zsemle 1 db¹ E: 128kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Zöldpaprika E: 6kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Gépsonka E: 31kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Flóra margarin E: 27kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Barna magvas kenyér^{1,6} E: 151kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Kígyóborka E: 2kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Flóra margarin E: 27kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Gyümölcs lekvár E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 9g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Gyümölcsös joghurt Im⁷ E: 129kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,2g Gyümölcs tea E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Sertés párizsi E: 38kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Flóra margarin E: 27kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,8g

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt



Handwritten signature or initials.

Handwritten signature or initials.

Óvoda 3-6 tejmentes (háromszori étkezés)

Étkezés	2026.06.15 Hétfő	2026.06.16 Kedd	2026.06.17 Szerda	2026.06.18 Csütörtök	2026.06.19 Péntek
Tízórai	Gyümölcs tea E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Flóra margarin E: 27kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Gyümölcs lekvár E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 9g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Gyümölcs tea E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Flóra margarin E: 27kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Méz E: 32kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Csirkemellsonka⁶ E: 25kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Flóra margarin E: 27kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Zöldpaprika E: 6kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Főtt tojás³ E: 25kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Flóra margarin E: 27kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Hétmagvas kenyér¹ E: 145kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 25g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Kígyóborka E: 2kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Házi kenőmájás^{6,10} E: 50kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Zöldpaprika E: 6kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g
Ebéd	Lebbencsleves¹ E: 107kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Sült virsli E: 174kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 0g, Feh.: 8g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 1,1g Lencsefőzelék^{1,6,8,10,11} E: 222kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 12g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 1,3g Barna magvas kenyér^{1,6} E: 80kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,3g	Csontleves csigatésztaival^{1,3,9} E: 110kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 2,8g Sváb pecsenye E: 156kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 1g, Feh.: 19g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 1,9g Petrezselymes párolt rizs E: 241kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 42g, Cuk: 0g, Só: 1,3g	Tojásleves^{1,3} E: 49kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 1,6g Halrudacska rántva^{1,3,4} E: 227kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 0g, Feh.: 12g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,0g Burgonyapüré tejmentes E: 122kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Csemege uborka E: 3kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Karfiol leves tm.¹ E: 62kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 1,5g Húsos tészta tm.^{1,3} E: 370kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 5g, Feh.: 12g, CH: 51g, Cuk: 1g, Só: 0,9g Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Frankfurti leves tm.¹ E: 236kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 2,7g Prézlis tészta¹ E: 423kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 82g, Cuk: 25g, Só: 0,7g Barna magvas kenyér^{1,6} E: 80kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,3g
Uzsonna	Gyümölcs tea E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Zala felvágott⁶ E: 49kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Flóra margarin E: 27kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Teljes kiőrlésű zsemle 1 db¹ E: 128kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Flóra margarin E: 27kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Teljes kiőrlésű zsemle 1 db¹ E: 128kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,8g Zöldpaprika E: 6kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Gépsonka E: 31kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Flóra margarin E: 27kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Barna magvas kenyér^{1,6} E: 151kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,5g Kígyóborka E: 2kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Gyümölcs tea E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Flóra margarin E: 27kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Gyümölcs lekvár E: 35kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 9g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	Gyümölcs tea E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk: 7g, Só: 0,0g Sertés párizsi E: 38kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 1g, Feh.: 2g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,4g Flóra margarin E: 27kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g Zsemle¹ E: 137kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 0,8g

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

A változás jogát fenntartjuk!



Handwritten signatures and initials in blue ink, including a large signature that appears to be 'K. S.' and another set of initials 'G.S.'.