

Étlap Ovodások 3-6-ig

2018.06.11 - 2018.06.17

	hétfő 2018.06.11	kedd 2018.06.12	szerda 2018.06.13	csütörtök 2018.06.14	péntek 2018.06.15
Tízórai	Vadmeggy tea, Vajkrém natúr, Korpás zsemle, Zöldpaprika, E: 954(Kj) 228(KCal)F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 37(g)Zsir: 7(g)Cuk: 7(g)Só:0,00(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 12(mg)Allergén:Glutén,Földimogyoró,Szójabab,Kén-dioxid,Tej,Zeller,	Tej, Sajtos kifli 1/2, E: 846(Kj) 203(KCal)F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 26(g)Zsir: 6(g)Cuk: 9(g)Só:0,00(g)Tel.Zs: 2(g)Ca: 240(mg)Allergén:Tej,	Tej, Kakaós csiga, E:1 183(Kj) 283(KCal)F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 31(g)Zsir: 12(g)Cuk: 9(g)Só:0,00(g)Tel.Zs: 2(g)Ca: 240(mg)Allergén:Tej,	Fahéjas alma tea, Főtt tojás, Margarin(Sarina), Tönkölybúza kenyér, Kápia paprika, E: 842(Kj) 201(KCal)F: 7(g)Kol:105(g)Sz: 30(g)Zsir: 5(g)Cuk: 7(g)Só:0,61(g)Tel.Zs: 1(g)Ca: 26(mg)Allergén:Glutén,Földimogyoró,Szójabab,Kén-dioxid,Tej,Tojás,Zeller,	Karamelles tej, Briós, E:1 189(Kj) 285(KCal)F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 44(g)Zsir: 7(g)Cuk: 15(g)Só:0,00(g)Tel.Zs: 2(g)Ca: 240(mg)Allergén:Zeller,Glutén,Tojás,Tej,
Ebéd	Májgombóclevés, Káposzta főzelék, Sertéspörkölt, Tönkölybúza kenyér, Alma, E:2 306(Kj) 552(KCal)F: 27(g)Kol: 78(g)Sz: 66(g)Zsir: 20(g)Cuk: 0(g)Só:2,79(g)Tel.Zs: 2(g)Ca: 95(mg)Allergén:Tej,Földimogyoró,Szójabab,Tojás,Zeller,	Karfiollevés, Spagetti carbonara, Körte, Margarin(Sarina), E:2 610(Kj) 624(KCal)F: 24(g)Kol: 55(g)Sz: 73(g)Zsir: 27(g)Cuk: 0(g)Só:1,65(g)Tel.Zs: 2(g)Ca: 137(mg)Allergén:Kéndioxid,Földimogyoró,Diófélék,Glutén,Szója	Gyümölcslevés(vegyes), Rántott sajtos csirkemell(sütőben sütve), Rizi-bizi, Vegyes savanyúság, E:2 504(Kj) 599(KCal)F: 36(g)Kol: 80(g)Sz: 85(g)Zsir: 11(g)Cuk: 13(g)Só:3,60(g)Tel.Zs: 3(g)Ca: 207(mg)Allergén:Glutén,Földimogyoró,Szójabab,Kén-dioxid,Tej,	Marhagulyás leves, Piskóta kocka csoki öntettel, Cseresznye, E:3 070(Kj) 734(KCal)F: 31(g)Kol:187(g)Sz: 94(g)Zsir: 21(g)Cuk: 13(g)Só:0,94(g)Tel.Zs: 1(g)Ca: 84(mg)Allergén:Glutén,Földimogyoró,Szójabab,Kén-dioxid,Tej,	Csontleves csigatésztaival, Kukorica főzelék, Sült virsli, Tönkölybúza kenyér, Alma, E:2 594(Kj) 620(KCal)F: 28(g)Kol: 45(g)Sz: 81(g)Zsir: 20(g)Cuk: 5(g)Só:3,66(g)Tel.Zs: 5(g)Ca: 136(mg)Allergén:Glutén,Földimogyoró,Szójabab,Kén-dioxid,Tej,Tojás,Zeller,
Uzsonna	Danone gyümölcsjoghurt, Sváb kifli, E:1 088(Kj) 260(KCal)F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 45(g)Zsir: 4(g)Cuk: 14(g)Só:0,25(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 125(mg)Allergén:Tej,Glutén,Szójabab,	Tavaszi felvágott, Tönkölybúza kenyér, Sárgarépa, E: 610(Kj) 146(KCal)F: 6(g)Kol: 23(g)Sz: 21(g)Zsir: 3(g)Cuk: 0(g)Só:0,56(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 9(mg)Allergén:Zeller,	Petrezselymes túrókrém, Tönkölybúzas zsemle, Kígyóuborka, E: 742(Kj) 177(KCal)F: 10(g)Kol: 1(g)Sz: 17(g)Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só:0,10(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 33(mg)Allergén:Tej,Glutén,Szójabab,Tojás,	Natur joghurt, Zsemle, E:1 004(Kj) 240(KCal)F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 38(g)Zsir: 5(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 191(mg)Allergén:Tej,Glutén,Szójabab,Zeller,	Sonkakrém, Kukoricás kenyér, Paradicsom, E: 739(Kj) 177(KCal)F: 5(g)Kol: 7(g)Sz: 28(g)Zsir: 4(g)Cuk: 0(g)Só:0,83(g)Tel.Zs: 2(g)Ca: 7(mg)Allergén:Tej,Glutén,

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Lafisoft program <http://www.lafisoft.hu> V 2.2.1 Tel:77-425-262 lafiSoft@lafisoft.hu

Élelmezésvezető