

2016.10.03. HÉTFŐ

**Gyümölcs tea
Zalai felvágott
Magos zsemle
Paradicsom**

Étkezés: Tízórai

So: 0,030 mg
So: 750,000 mg Allergen: szója
So: 850,500 mg Allergen: glutén, szója, szezámag
So: 4,500 mg

**Zöldborsó leves
Tarhonyáshús sertés hússból
Cékla**

Étkezés: Ebéd

So: 173,150 mg Allergen: glutén, tojás
So: 605,114 mg Allergen: tojás, glutén
So: 639,600 mg

**Nutella
Félbarna kenyér**

Étkezés: Uzsonna

So: 0,000 mg Allergen: mogyoró
So: 650,000 mg Allergen: tej, glutén

2016.10.04. KEDD

**Kakaó
Margarin
Korpás kifli**

Étkezés: Tízórai

So: 265,875 mg Allergen: tej
So: 100,000 mg Allergen: tej
So: 554,400 mg Allergen: szója, glutén

**Gomba leves
Csirkepaprikás
Fél adag barna rizs
Fél adag rizs köret**

Étkezés: Ebéd

So: 173,241 mg Allergen: glutén, tojás
So: 229,684 mg Allergen: tej, glutén
So: 67,194 mg
So: 69,388 mg

**Csirkemájás
Teljes kiőrlésű kenyér
Sárgarépa**

Étkezés: Uzsonna

So: 550,000 mg Allergen: szója
So: 857,500 mg Allergen: glutén, tej
So: 93,750 mg

2016.10.05. SZERDA

**Gyümölcsle
Pulykasonka
Teljes kiőrlésű kenyér
Tv paprika**

Étkezés: Tízórai

So: 5,000 mg
So: 0,000 mg
So: 857,500 mg Allergen: tej, glutén
So: 2,250 mg

**Gulyás leves
Túrós tészta
Körte**

Étkezés: Ebéd

So: 270,639 mg Allergen: tojás, glutén, zeller
So: 362,863 mg Allergen: tojás, glutén, tej
So: 3,900 mg

**Sajtmester sajtkrém
Magos zsemle
Fejes saláta**

Étkezés: Uzsonna

So: 100,000 mg Allergen: tej
So: 850,500 mg Allergen: szója, szezámag, glutén
So: 4,000 mg

2016.10.06. CSÜTÖRTÖK

Tejbedara kakaóporral

Étkezés: Tízórai

So: 268,062 mg Allergen: tej, glutén

Májgaluska leves Karalábé főzelék Sült virsli

Étkezés: Ebéd

So: 568,714 mg Allergen: glutén, zeller, tojás

So: 263,819 mg Allergen: glutén, tej

So: 949,000 mg Allergen: szója

Zöldfűszeres vajkrém Korpás zsemle Jégcsapretek

Étkezés: Uzsonna

So: 1,500 mg Allergen: tej

So: 680,400 mg Allergen: glutén, szója

So: 44,250 mg

2016.10.07. PÉNTEK

Tej Körözött Barna kenyér Fejes saláta

Étkezés: Tízórai

So: 265,000 mg Allergen: tej

So: 22,355 mg Allergen: tej

So: 800,000 mg Allergen: glutén

So: 4,000 mg

Paradicsom leves Szezámragos rántott halfilé Párolt zöldségek

Étkezés: Ebéd

So: 426,238 mg Allergen: glutén, tojás

So: 628,908 mg Allergen: glutén, szezámrag, tojás, hal

So: 136,500 mg

Vaniliás puding Keks

Étkezés: Uzsonna

So: 120,000 mg Allergen: tej

So: 245,000 mg Allergen: glutén

2016.10.10. HÉTFŐ

Tejes kávé Kalács

Étkezés: Tízórai

So: 266,825 mg Allergen: tej
So: 208,500 mg Allergen: tojás, glutén

Zeller leves Györi aprópecsenye Petrezselymes burgonya Vegyes savanyúság

Étkezés: Ebéd

So: 228,238 mg Allergen: zeller, glutén, tojás
So: 258,893 mg Allergen: glutén
So: 90,448 mg
So: 0,000 mg

Zöldséges felvágott Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma

Étkezés: Uzsonna

So: 282,000 mg Allergen: mustár, zeller, tej, glutén
So: 857,500 mg Allergen: tej, glutén
So: 0,000 mg

2016.10.11. KEDD

Tej Kockasajt Korpás kifli Paprika

Étkezés: Tízórai

So: 265,000 mg Allergen: tej
So: 315,000 mg Allergen: tej
So: 554,400 mg Allergen: glutén, szója
So: 2,250 mg

Tavaszi leves Mustáros pulykamellszelet Házi tarhonya

Étkezés: Ebéd

So: 192,673 mg Allergen: glutén, tojás
So: 392,763 mg Allergen: tej
So: 427,700 mg Allergen: glutén, tojás

Barack íz Margarin Félbarna kenyér

Étkezés: Uzsonna

So: 4,500 mg
So: 100,000 mg Allergen: tej
So: 650,000 mg Allergen: tej, glutén

2016.10.12. SZERDA

Gyümölcsle Natúr sajtkrém Magos zsemle Fejes saláta

Étkezés: Tízórai

So: 5,000 mg
So: 100,000 mg Allergen: tej
So: 850,500 mg Allergen: glutén, szója, szezámag
So: 4,000 mg

Húsgombóc leves Rizsfelfújt Alma kompót

Étkezés: Ebéd

So: 435,052 mg Allergen: glutén, zeller, tojás
So: 297,440 mg Allergen: tej, tojás
So: 8,556 mg

Sajtos párizsi Félbarna kenyér Tv paprika

Étkezés: Uzsonna

So: 580,500 mg Allergen: szója
So: 650,000 mg Allergen: tej, glutén
So: 2,250 mg

2016.10.13. CSÜTÖRTÖK

Tejberizs fahéjjal

Étkezés: Tízórai

So: 270,500 mg Allergen: tej

Csontleves finommetélttel Paradicsomos káposzta Natúr csirkemell

Étkezés: Ebéd

So: 203,050 mg Allergen: tojás, glutén, zeller

So: 383,312 mg Allergen: glutén

So: 81,738 mg Allergen: glutén

Gépsonka Magos zsemle Sárgarépa

Étkezés: Uzsonna

So: 333,750 mg Allergen: szója

So: 850,500 mg Allergen: glutén, szezám, szója

So: 93,750 mg

2016.10.14. PÉNTEK

Gyümölcslé Trappista sajt Margarin Telejes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek

Étkezés: Tízórai

So: 5,000 mg

So: 727,500 mg Allergen: tej

So: 100,000 mg Allergen: tej

So: 857,500 mg Allergen: tej, glutén

So: 44,250 mg

Lebbencs leves Fűszeres sertés sült Tört burgonya Párolt sárgarépa

Étkezés: Ebéd

So: 223,119 mg Allergen: glutén, tojás

So: 136,929 mg

So: 89,375 mg

So: 60,938 mg

Kefír Korpás kifli

Étkezés: Uzsonna

So: 450,000 mg Allergen: tej

So: 554,400 mg Allergen: glutén, szója

2016.10.15. SZOMBAT

Tej Vajkrém Korpás kifli Tv paprika

Étkezés: Tízórai

So: 265,000 mg Allergen: tej

So: 1,500 mg Allergen: tej

So: 554,400 mg Allergen: glutén, szója

So: 2,250 mg

Karalábé leves Baromfi vagdalthús Párolt rizs Csemege uborka

Étkezés: Ebéd

So: 209,266 mg Allergen: tojás, glutén

So: 839,222 mg Allergen: glutén, tej, tojás

So: 73,775 mg

So: 1 248,000 mg

Kockasajt Teljes kiőrlésű kenyér Tv paprika

Étkezés: Uzsonna

So: 315,000 mg Allergen: tej

So: 857,500 mg Allergen: glutén, tej

So: 2,250 mg

2016.10.17. HÉTFŐ

Kakaó
Sajtos rúd

Étkezés: Tízórai

So: 265,875 mg Allergen: tej
So: 0,000 mg Allergen: glutén

Karfiol leves
Csikós tokány
Főtt tészta

Étkezés: Ebéd

So: 174,978 mg Allergen: glutén, tojás
So: 228,506 mg Allergen: glutén, tej
So: 427,700 mg Allergen: glutén, tojás

Natúr vajkrém
Korpás kifli
Reszelt sárgarépa

Étkezés: Uzsonna

So: 1,500 mg Allergen: tej
So: 554,400 mg Allergen: szója, glutén
So: 93,750 mg

2016.10.18. KEDD

Tej
Müzli

Étkezés: Tízórai

So: 265,000 mg Allergen: tej
So: 27,750 mg Allergen: glutén

Tejfölös zöldbableves
Csirkemáj rizottó
Csemege uborka

Étkezés: Ebéd

So: 101,488 mg Allergen: glutén, tojás
So: 269,464 mg
So: 1 248,000 mg

Löncs felvágott
Magos zsemle
Margarin
Fejes saláta

Étkezés: Uzsonna

So: 840,000 mg Allergen: szója
So: 850,500 mg Allergen: szezám, szója, glutén
So: 100,000 mg Allergen: tej
So: 4,000 mg

2016.10.19. SZERDA

Limonádé
Tonhalkrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Tv paprika

Étkezés: Tízórai

So: 33,000 mg
So: 116,110 mg Allergen: hal, tej, mustár
So: 857,500 mg Allergen: tej, glutén
So: 2,250 mg

Tárkonyos baromfiraagu leves
Szilvás gombóc
Alma

Étkezés: Ebéd

So: 271,902 mg Allergen: zeller
So: 380,250 mg Allergen: glutén
So: 7,800 mg

Magyaros vajkrém
Korpás kifli
Sárgarépa

Étkezés: Uzsonna

So: 1,500 mg Allergen: tej
So: 554,400 mg Allergen: szója, glutén
So: 93,750 mg

2016.10.20. CSÜTÖRTÖK

Vaníliás tej
Kakaós csiga

Étkezés: Tízórai

So: 265,000 mg Allergen: tej
So: 0,000 mg Allergen: glutén, tej, tojás

Tarhonya leves
Brokkoli főzelék
Sertés pörkölt

Étkezés: Ebéd

So: 185,060 mg Allergen: glutén, tojás
So: 125,187 mg Allergen: tej, glutén
So: 200,743 mg Allergen: glutén

Étlap (2016.10.03.-2016.11.04.)

Óvodás 4-6
Korcsoport: Óvodás 4-6

Összetevők: 1 adagra vonatkozóan!

**Sonkakrém
Korpás kifli
Tv paprika**

Étkezés: Uzsonna

So: 211,250 mg Allergen: szója, tej

So: 554,400 mg Allergen: szója, glutén

So: 2,250 mg

2016.10.21. PÉNTEK

**Tej
Diós túrókrém
Magos zsemle
Fejes saláta**

Étkezés: Tízórai

So: 265,000 mg Allergen: tej

So: 109,412 mg Allergen: tej, dió

So: 850,500 mg Allergen: szezám, glutén, szója

So: 4,000 mg

**Tojásleves
Citromos halfilé
Barna rizs**

Étkezés: Ebéd

So: 84,864 mg Allergen: tojás, glutén

So: 326,869 mg Allergen: hal, tej, glutén

So: 69,388 mg

**Gyümölcs joghurt
Müzli szelet**

Étkezés: Uzsonna

So: 269,500 mg Allergen: tej

So: 70,000 mg Allergen: földimogyoró, mandula, szezám, glutén

glutén

2016.10.24. HÉTFŐ

**Gyümölcs tea
Trappista sajt
Margarin
Korpás zsemle**

Étkezés: Tízórai

So: 0,030 mg
So: 727,500 mg Allergen: tej
So: 100,000 mg Allergen: tej
So: 680,400 mg Allergen: szója, glutén

**Csontleves eperlevéllel
Tejfölös pulykatokány
Rizi-bizi**

Étkezés: Ebéd

So: 223,272 mg Allergen: tojás, zeller, glutén
So: 218,949 mg Allergen: glutén, tej
So: 76,050 mg

**Zalai felvágott
Teljes kiőrlésű kenyér
Fejes saláta**

Étkezés: Uzsonna

So: 750,000 mg Allergen: szója
So: 857,500 mg Allergen: glutén, tej
So: 4,000 mg

2016.10.25. KEDD

**Gyümölcsle
Csirkemell sonka
Barna kenyér
Sárgarépa**

Étkezés: Tízórai

So: 5,000 mg
So: 690,750 mg
So: 800,000 mg Allergen: glutén
So: 93,750 mg

**Burgonyaleves
Bácskai rizseshús
Vegyes savanyúság**

Étkezés: Ebéd

So: 2 265,081 mg
So: 211,728 mg
So: 0,000 mg

**Ízesített sajtkrém
Korpás kifli
Lilahagyma**

Étkezés: Uzsonna

So: 100,000 mg Allergen: tej
So: 554,400 mg Allergen: glutén, szója
So: 0,000 mg

2016.10.26. SZERDA

**Tej
Gabonagolyó**

Étkezés: Tízórai

So: 265,000 mg Allergen: tej
So: 91,500 mg Allergen: glutén

**Húsleves
Darás metélt
Szőlő**

Étkezés: Ebéd

So: 290,531 mg Allergen: tojás, zeller, glutén
So: 329,713 mg Allergen: tojás, glutén
So: 3,900 mg

**Tavaszi felvágott
Magos zsemle
Jégcsapretek**

Étkezés: Uzsonna

So: 555,900 mg Allergen: szója
So: 850,500 mg Allergen: szezám, glutén, szója
So: 44,250 mg

2016.10.27. CSÜTÖRTÖK

**Tejes kávé
Sárgarépás túrókrém
Korpás zsemle**

Étkezés: Tízórai

So: 266,825 mg Allergen: tej
So: 26,937 mg Allergen: tej
So: 680,400 mg Allergen: glutén, szója

Étkezés: Ebéd

Köménymaglevés pirított zsemlekockával
Zöldbab főzelék
Húsgombóc

So: 122,499 mg Allergen: glutén
So: 95,631 mg Allergen: glutén, tej
So: 144,495 mg Allergen: tojás, glutén

Étkezés: Uzsonna

Párizsi
Félbarna kenyér
Margarin
Tv paprika

So: 547,500 mg Allergen: szója
So: 650,000 mg Allergen: glutén, tej
So: 100,000 mg Allergen: tej
So: 2,250 mg

2016.10.28. PÉNTEK

Étkezés: Tízórai

Citromos tea
Tojáskrém
Teljes kiőrlésű kenyér

So: 0,030 mg
So: 139,312 mg Allergen: tojás, tej
So: 857,500 mg Allergen: glutén, tej

Étkezés: Ebéd

Meggy leves
Grillezett csirkemell
Francia saláta

So: 31,535 mg Allergen: tej, glutén
So: 146,403 mg
So: 767,692 mg Allergen: tej

Étkezés: Uzsonna

Natúr joghurt
Alma

So: 450,000 mg Allergen: tej
So: 12,000 mg

2016.11.02. SZERDA

**Gyümölcsle
Vaníliás túrókrém
Teljes kiőrlésű kenyér**

Étkezés: Tízórai

So: 5,000 mg
So: 22,250 mg Allergen: tej
So: 857,500 mg Allergen: tej, glutén

**Legényfogó leves
Mákos tészta
Körte**

Étkezés: Ebéd

So: 204,701 mg Allergen: tej, glutén
So: 370,988 mg Allergen: glutén, tojás
So: 3,900 mg

**Sajtos párizsi
Magos zsemle
Paradicsom**

Étkezés: Uzsonna

So: 580,500 mg Allergen: szója
So: 850,500 mg Allergen: szója, glutén, szezám-mag
So: 4,500 mg

2016.11.03. CSÜTÖRTÖK

**Tej
Sajtmester sajtkrém
Barna kenyér
Lilahagyma**

Étkezés: Tízórai

So: 265,000 mg Allergen: tej
So: 100,000 mg Allergen: tej
So: 800,000 mg Allergen: glutén
So: 0,000 mg

**Gomba leves
Paradicsomos káposzta főzelék
Sertés sült**

Étkezés: Ebéd

So: 173,241 mg Allergen: tojás, glutén
So: 383,312 mg Allergen: glutén
So: 201,929 mg

**Méz
Margarin
Zsemle**

Étkezés: Uzsonna

So: 1,750 mg
So: 100,000 mg Allergen: tej
So: 866,250 mg Allergen: glutén

2016.11.04. PÉNTEK

**Gyümölcs tea
Virsli
Mustár
Teljes kiőrlésű kenyér**

Étkezés: Tízórai

So: 0,030 mg
So: 1 460,000 mg Allergen: szója
So: 190,000 mg Allergen: mustár
So: 857,500 mg Allergen: tej, glutén

**Csontleves cérnametéllel
Roston sült halfilé
Majonézes burgonya**

Étkezés: Ebéd

So: 203,050 mg Allergen: glutén, tojás, zeller
So: 141,131 mg Allergen: hal, glutén
So: 173,459 mg Allergen: mustár, tej

**Csoki puding
Keksz**

Étkezés: Uzsonna

So: 120,000 mg Allergen: tej
So: 245,000 mg Allergen: glutén