

## 2016.11.07. HÉTFŐ

**Gyümölcs tea**  
**Zalai felvágott**  
**Magos zsemle**  
**Uborka**

Étkezés: Tízórai

So: 0,030 mg  
So: 750,000 mg Allergen: szója  
So: 850,500 mg Allergen: szója, glutén, szezám-mag  
So: 9,750 mg

**Őszi zöldségleves**  
**Hentes tokány**  
**Párolt rizs**

Étkezés: Ebéd

So: 137,694 mg Allergen: zeller, glutén, tojás  
So: 979,043 mg Allergen: szója, glutén  
So: 333,775 mg

**Nutella**  
**Félbarna kenyér**

Étkezés: Uzsonna

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

## 2016.11.08. KEDD

**Kakaó**  
**Margarin**  
**Korpás kifli**

Étkezés: Tízórai

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

**Fahéjas almaleves**  
**Darálhúsos rakott zöldbab sajttal sütve**

Étkezés: Ebéd

So: 25,756 mg Allergen: glutén, tej  
So: 706,134 mg Allergen: tej

**Csirkemájás**  
**Teljes kiőrlésű kenyér**  
**Sárgarépa**

Étkezés: Uzsonna

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

## 2016.11.09. SZERDA

**Gyümölcslé**  
**Pulykasonka**  
**Teljes kiőrlésű kenyér**  
**Uborka**

Étkezés: Tízórai

So: 5,000 mg  
So: 0,000 mg  
So: 857,500 mg Allergen: tej, glutén  
So: 9,750 mg

**Nyírségi gombóc-leves**  
**Lekváros derelye**  
**Alma**

Étkezés: Ebéd

So: 527,579 mg Allergen: tojás, glutén, tej, zeller  
So: 380,250 mg Allergen: glutén  
So: 6,500 mg

**Sajtmester sajtkrém**  
**Magos zsemle**  
**Fejes saláta**

Étkezés: Uzsonna

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

## 2016.11.10. CSÜTÖRTÖK

**Tejbedara kakaóporral**

Étkezés: Tízórai

So: 268,062 mg Allergen: glutén, tej

**Májgaluska leves**  
**Kelkáposzta főzelék**  
**Sertés sült**

Étkezés: Ebéd

So: 828,714 mg Allergen: tojás, glutén, zeller  
So: 420,134 mg Allergen: glutén  
So: 137,407 mg

## Étlap (2016.11.07.-2016.12.02.)

Óvodás 4-6  
Korcsoport: Óvodás 4-6

Összetevők: 1 adagra vonatkozóan!

**Zöldfűszeres vajkrém**  
**Korpás zsemle**  
**Jégcsapretek**

Étkezés: Uzsonna

So: 1,500 mg Allergen: tej  
So: 680,400 mg Allergen: szója, glutén  
So: 44,250 mg

### 2016.11.11. PÉNTEK

**Tej**  
**Körözött**  
**Barna kenyér**  
**Jégcsapretek**

Étkezés: Tízórai

So: 265,000 mg Allergen: tej  
So: 22,355 mg Allergen: tej  
So: 800,000 mg Allergen: glutén  
So: 44,250 mg

**Tojásleves**  
**Kukoricabundában sült csirke**  
**Zöldséges rizs**

Étkezés: Ebéd

So: 84,864 mg Allergen: tojás, glutén  
So: 250,608 mg Allergen: glutén, tojás  
So: 355,225 mg

**Vaniliás puding**  
**Keksz**

Étkezés: Uzsonna

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

**2016.11.14. HÉTFŐ**

**Tejes kávé  
Kalács**

Étkezés: Tízórai

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

**Magyaros burgonya leves  
Zöldborsós sertés ragu  
Főtt tészta**

Étkezés: Ebéd

So: 99,229 mg Allergen: glutén, tojás  
So: 451,822 mg Allergen: glutén  
So: 687,700 mg Allergen: glutén, tojás

**Zöldséges felvágott  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Lilahagyma**

Étkezés: Uzsonna

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

**2016.11.15. KEDD**

**Tej  
Kockasajt  
Korpás kifli  
Uborka**

Étkezés: Tízórai

So: 265,000 mg Allergen: tej  
So: 315,000 mg Allergen: tej  
So: 554,400 mg Allergen: szója, glutén  
So: 9,750 mg

**Kertész leves  
Bakonyi csirkemell  
Tarhonya köret**

Étkezés: Ebéd

So: 116,682 mg Allergen: zeller, glutén, tojás  
So: 446,418 mg Allergen: tej, glutén  
So: 687,700 mg Allergen: tojás, glutén

**Barack íz  
Margarin  
Félbarna kenyér**

Étkezés: Uzsonna

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

**2016.11.16. SZERDA**

**Gyümölcslé  
Natúr sajtkrém  
Magos zsemle  
Jégcsapretek**

Étkezés: Tízórai

So: 5,000 mg  
So: 100,000 mg Allergen: tej  
So: 850,500 mg Allergen: szója, glutén, szezámag  
So: 44,250 mg

**Sertés ragu leves  
Ízes bukta  
Körte**

Étkezés: Ebéd

So: 582,732 mg Allergen: tojás, glutén, zeller  
So: 425,198 mg Allergen: glutén, tej, tojás  
So: 3,250 mg

**Sajtos párizsi  
Félbarna kenyér  
Uborka**

Étkezés: Uzsonna

So: 580,500 mg Allergen: szója  
So: 650,000 mg Allergen: glutén, tej  
So: 9,750 mg

**2016.11.17. CSÜTÖRTÖK**

**Tejberizs fahéjjal**

Étkezés: Tízórai

So: 270,500 mg Allergen: tej

**Csontleves eperlevéllel  
Babfőzelék  
Virslis**

Étkezés: Ebéd

So: 166,072 mg Allergen: glutén, tojás, zeller  
So: 29,640 mg Allergen: tej, glutén  
So: 1 660,750 mg Allergen: szója

## Étlap (2016.11.07.-2016.12.02.)

Óvodás 4-6  
Korcsoport: Óvodás 4-6

Összetevők: 1 adagra vonatkozóan!

### Étkezés: Uzsonna

**Gépsonka**  
**Magos zsemle**  
**Sárgarépa**

So: 333,750 mg Allergen: szója  
So: 850,500 mg Allergen: glutén, szezám, szója  
So: 93,750 mg

## 2016.11.18. PÉNTEK

### Étkezés: Tízórai

**Gyümölcsle**  
**Trappista sajt**  
**Margarin**  
**Telejes kiőrlésű kenyér**  
**Jégcsapretek**

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

### Étkezés: Ebéd

**Rizsleves**  
**Sült halfilé**  
**Francia saláta**

So: 328,133 mg Allergen: glutén  
So: 140,969 mg Allergen: hal, glutén  
So: 865,355 mg Allergen: tej, mustár

### Étkezés: Uzsonna

**Kefír**  
**Korpás kifli**

So: 450,000 mg Allergen: tej  
So: 554,400 mg Allergen: glutén, szója

**2016.11.21. HÉTFŐ**

**Kakaó  
Sajtos rúd**

Étkezés: Tízórai

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

**Minestrone leves  
Lecsós pulykaragu  
Fél adag hántolt árpa  
Fél adag rizs köret**

Étkezés: Ebéd

So: 536,257 mg Allergen: tojás, glutén, zeller  
So: 466,762 mg Allergen: glutén  
So: 4,388 mg Allergen: glutén  
So: 329,388 mg

**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

**2016.11.22. KEDD**

**Tej  
Müzli**

Étkezés: Tízórai

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

**Orja leves  
Főtt hús  
Gyümölcs mártás  
Piritott dara**

Étkezés: Ebéd

So: 132,932 mg Allergen: zeller, tojás, glutén  
So: 136,500 mg  
So: 28,061 mg Allergen: glutén, tej  
So: 4,388 mg Allergen: glutén

**Löncs felvágott  
Magos zsemle  
Margarin  
Fejes saláta**

Étkezés: Uzsonna

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

**2016.11.23. SZERDA**

**Limonádé  
Tonhalkrém  
Teljes kiörlésű kenyér  
Uborka**

Étkezés: Tízórai

So: 33,000 mg  
So: 116,110 mg Allergen: mustár, tej, hal  
So: 857,500 mg Allergen: tej, glutén  
So: 9,750 mg

**Csirkebecsinált leves  
Mákos nudli  
Alma**

Étkezés: Ebéd

So: 552,013 mg Allergen: glutén, tojás, zeller  
So: 170,511 mg Allergen: tej, tojás, glutén  
So: 6,500 mg

**Magyaros vajkrém  
Korpás kifli  
Sárgarépa**

Étkezés: Uzsonna

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

## 2016.11.24. CSÜTÖRTÖK

**Vaníliás tej**  
**Kakaós csiga**

Étkezés: Tízórai

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

**Daragaluska leves**  
**Vágott babfőzelék**  
**Vagdalthús**

Étkezés: Ebéd

So: 436,358 mg Allergen: glutén, zeller, tojás  
So: 26,325 mg Allergen: glutén, tej  
So: 891,222 mg Allergen: tej, tojás, glutén

**Sonkakrém**  
**Korpás kifli**  
**Tv paprika**

Étkezés: Uzsonna

So: 211,250 mg Allergen: tej, szója  
So: 554,400 mg Allergen: szója, glutén  
So: 2,250 mg

## 2016.11.25. PÉNTEK

**Tej**  
**Diós túrókrém**  
**Magos zsemle**  
**Lilahagyma**

Étkezés: Tízórai

So: 265,000 mg Allergen: tej  
So: 109,412 mg Allergen: tej, dió  
So: 850,500 mg Allergen: glutén, szója, szezámag  
So: 0,000 mg

**Fokhagyma krémleves**  
**Ananászos pulykamell**  
**Burgonya püré**

Étkezés: Ebéd

So: 111,028 mg Allergen: glutén, tej  
So: 426,806 mg Allergen: glutén, tej  
So: 455,000 mg Allergen: tej

**Gyümölcs joghurt**  
**Müzli szelet**

Étkezés: Uzsonna

So: 269,500 mg Allergen: tej  
So: 70,000 mg Allergen: szezámag, glutén, földimogyoró,

mandula

## 2016.11.28. 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: glutén, szója

Karalábé leves  
Bolognai spagetti reszelt sajttal

Étkezés: Ebéd

So: 456,347 mg Allergen: glutén, tojás  
So: 1 053,244 mg Allergen: glutén, tej, tojás

Zalai felvágott  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Retek

Étkezés: Uzsonna

So: 750,000 mg Allergen: szója  
So: 857,500 mg Allergen: tej, glutén  
So: 44,250 mg

## 2016.11.29. 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

Csicseriborsó leves  
Csirkemájás sertés szelet  
Főtt burgonya

Étkezés: Ebéd

So: 164,024 mg Allergen: mustár, glutén, tojás, tej  
So: 497,053 mg Allergen: glutén  
So: 89,375 mg

Ízesített sajtkrém  
Korpás kifli  
Lilahagyma

Étkezés: Uzsonna

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

## 2016.11.30. SZERDA

Tej  
Gabonagolyó

Étkezés: Tízórai

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

Frankfurti leves  
Kakaós csiga  
Narancs

Étkezés: Ebéd

So: 1 188,733 mg Allergen: tej, szója, glutén  
So: 133,965 mg Allergen: glutén, tojás, tej  
So: 4,875 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

## 2016.12.01. 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: szója, glutén

## Étlap (2016.11.07.-2016.12.02.)

Óvodás 4-6  
Korcsoport: Óvodás 4-6

Összetevők: 1 adagra vonatkozóan!

**Gomba leves**  
**Sóska**  
**Főtt tojás**  
**Fél adag burgonya**

Étkezés: Ebéd

So: 108,241 mg Allergen: glutén, tojás

So: 112,531 mg Allergen: glutén, tej

So: 140,400 mg Allergen: tojás

So: 12,188 mg

**Párizsi**  
**Félbarna kenyér**  
**Margarin**  
**Uborka**

Étkezés: Uzsonna

So: 547,500 mg Allergen: szója

So: 650,000 mg Allergen: tej, glutén

So: 100,000 mg Allergen: tej

So: 9,750 mg

## 2016.12.02. PÉNTEK

**Citromos tea**  
**Tojáskrém**  
**Teljes kiőrlésű kenyér**

Étkezés: Tízórai

So: 0,030 mg

So: 139,312 mg Allergen: tej, tojás

So: 857,500 mg Allergen: glutén, tej

**Sütötök krémleves pirított zsemlekockával**  
**Párolt halfilé**  
**Fél adag köles**  
**Fél adag rizs**

Étkezés: Ebéd

So: 275,316 mg Allergen: glutén, tej

So: 140,400 mg Allergen: hal

So: 325,000 mg

So: 329,388 mg

**Natúr joghurt**  
**Alma**

Étkezés: Uzsonna

So: 450,000 mg Allergen: tej

So: 10,000 mg