**ÉTLAP**

**2018.november 12- 16-ig.**

**46. hét**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Hétfő** | **Kedd** | **Szerda** | **Csütörtök** | **Péntek** |
| **REGGELI** | **kakaó**  **briós** | **tej**  **margarin**  **paprikás szalámi**  **7 magos kenyér**  **uborka** | **tea**  **húskrém**  **bajor kenyér**  **kaliforniai paprika** | **tej**  **kókuszos csiga** | **tea**  **margarin**  **méz**  **kenyér** |
| **Allergének** |  |  |  |  |  |
|  | **Energia:kcal**  **Fehérje:g**  **Zsír: g Cukor: g**  **Szénhidrát: g Só: g** | **Energia: kcal**  **Fehérje: g**  **Zsír: g Cukor: g**  **Szénhidrát: g Só:g** | **Energia: kcal**  **Fehérje: g**  **Zsír: g Cukor: g**  **Szénhidrát:g Só:g** | **Energia: kcal**  **Fehérje: g**  **Zsír: g Cukor: 2g**  **Szénhidrát:g Só:0g** | **Energia: kcal**  **Fehérje: g**  **Zsír: g Cukor: g**  **Szénhidrát: g Só: g** |
| **EBÉD** | **csirkehúsleves**  **burgonyás tészta**  **kovászos uborka** | **sertésragu leves**  **mákos guba** | **daragaluska leves**  **rántott hal rudacska**  **rizibizi**  **joghurtos-fokhagymás**  **öntet** | **karalábé leves**  **finomfőzelék**  **sült virsli** | **tejfölös sertés**  **karaj szelet**  **petrezselymes burgonya**  **cékla**  **kinder pingvin**  **ivólé** |
| **Allergének** |  |  |  |  |  |
|  | **Energia:kcal**  **Fehérje: g**  **Zsír: g Cukor: g**  **Szénhidrát:g Só: g** | **Energia: kcal**  **Fehérje: g**  **Zsír: g Cukor: g**  **Szénhidrát: g Só: g** | **Energia: kcal**  **Fehérje: g**  **Zsír: g Cukor: g**  **Szénhidrát: g Só: g** | **Energia: kcal**  **Fehérje: g**  **Zsír: g Cukor: g**  **Szénhidrát: g Só: g** | **Energia: kcal**  **Fehérje: g**  **Zsír: g Cukor: g**  **Szénhidrát: g Só: g** |
| **UZSONNA** | **kenőmájas**  **graham kenyér**  **paprika**  **gyümölcs** | **gyümölcs joghurt**  **kifli**  **gyümölcs** | **dörmi szelet**  **gyümölcs** | **magyaros vajkrém**  **bajor kenyér**  **paradicsom**  **gyümölcs** | **sajtos pogácsa**  **gyümölcs** |
| **Allergének** |  |  |  |  |  |
|  | **Energia: kcal**  **Fehérje: g**  **Zsír: g Cukor: g**  **Szénhidrát:g Só: g** | **Energia: kcal**  **Fehérje: g**  **Zsír: g Cukor: g**  **Szénhidrát: g Só:g** | **Energia: kcal**  **Fehérje:**  **Zsír: g Cukor: g**  **Szénhidrát: g Só:g** | **Energia: kcal**  **Fehérje: g**  **Zsír: g Cukor: g**  **Szénhidrát:g Só:g** | **Energia: kcal**  **Fehérje: g**  **Zsír: g Cukor: g**  **Szénhidrát: g Só: g** |

**Csordásné Tőkés Katalin Angalétné Szilágyi Erzsébet**

**Óvodavezető Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Élelmezésvezető**