**ÉTLAP**

 **2019.október 07- 04.ig.**

**41. hét**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Hétfő** | **Kedd** | **Szerda** | **Csütörtök** | **Péntek** |
| **REGGELI** | **tea****margarin****sajtos párizsi****7 magos kenyér****uborka** | **tej****margarin****olasz****tk.kenyér****paprika** | **kakaó****ökörszem** | **tea****körözött****graham kenyér****kaliforniai paprika** | **nevelés nélküli munkanap** |
| **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** | **sertés raguleves****burgonyás tészta****kovászos uborka** | **sárgaborsó főzelék****fokhagymás sertés csíkok****ivólé****piskóta kocka** **csokoládé öntet** | **karfiol leves****rizses hús****cékla** | **gombaleves****tökfőzelék** **csirkepörkölt** | **nevelés nélküli munkanap** |
| **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****papardicsom****gyümölcs** | **natúr vajkrém****szezámmagos zsemle****uborka****gyümölcs** | **sajtkrém****tk.kenyér****paradicsom****gyümölcs** | **kocka sajt****tigris kifli****gyümölcs** | **nevelés nélküli munkanap** |
| **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**