**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**