

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
---------	-------	------	--------	-----------	--------

Tízórai - A

Kakaó nesquik
szója, tejféle

Lavina csíkos kalács
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
szulfitok, tejféle, tojás, zeller

Tea

Kaiser Mini májas
szója

Reszelt trappista sajt
tejféle

Kígyóuborka

Tönköly kenyér tk.
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
szulfitok, tejféle, tojás

Tea

Húsvéti sonka, főtt tojás,
margarin, glutén, tejféle

Hónapos retek

Graham kenyér.tk.
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
tejféle, tojás

Tejeskávé 1,5 dl
glutén, tejféle

Margarinos bagett.
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
tejféle, tojás

Paradicsom

Összetevők:	En: 258,5 kcal Zs: 5,1 g Tz: 1,2 g Fe: 10,5 g Sz: 43,9 g Cu: 11,1 g So: 0,8 g Hs: -	En: 261,4 kcal Zs: 8,4 g Tz: 3,6 g Fe: 10,1 g Sz: 34,6 g Cu: 7,2 g So: 1,4 g Hs: -	En: 211,2 kcal Zs: 3,7 g Tz: 0,3 g Fe: 10,6 g Sz: 32,8 g Cu: 7,1 g So: 1,3 g Hs: -	En: 261,5 kcal Zs: 6,2 g Tz: 0,8 g Fe: 9,1 g Sz: 43,0 g Cu: 7,7 g So: 0,9 g Hs: -	En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: - Hs: -
-------------	--	---	---	--	--

Ebéd - A

Zöldséges rizsleves
glutén, zeller, mustár, tejféle, tojás,
szója

Burgonya főzelék
glutén, tejféle

Pulyka pörkölt
glutén, tejféle

Graham kenyér tk
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
tejféle, tojás

Frankfurti jell. leves
glutén, mustár, tejféle, tojás, zeller

Túrós metélt
tejféle, glutén

Alma

Gyümölcsleves.
glutén, tejféle, mustár, szezámmag,
szója, tojás, zeller

Szárnyas rizottó
tejféle

Házi káposzta saláta

Zeller leves
glutén, tojás, zeller, mustár, szója,
tejféle

Stefánia vagdalt
tojás, glutén, diófélék, szezámmag,
szója, szulfitok, tejféle

Medvehagymás burgonya püré
tejféle, glutén, szulfitok, tojás,
zeller

Csoki nyúl
diófélék, földimogyoró, glutén,
szója, tejféle

Összetevők:	En: 582,6 kcal Zs: 23,4 g Tz: 1,4 g Fe: 23,8 g Sz: 62,4 g Cu: 1,3 g So: 2,1 g Hs: 0,8 g	En: 630,9 kcal Zs: 24,3 g Tz: 4,5 g Fe: 19,7 g Sz: 81,0 g Cu: 10,7 g So: 2,1 g Hs: 1,4 g	En: 637,4 kcal Zs: 17,5 g Tz: 3,8 g Fe: 30,4 g Sz: 83,2 g Cu: 20,9 g So: 1,0 g Hs: 0,7 g	En: 810,3 kcal Zs: 45,5 g Tz: 10,8 g Fe: 21,6 g Sz: 71,8 g Cu: 24,1 g So: 2,0 g Hs: 1,3 g	En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: - Hs: -
-------------	--	---	---	--	--

Uzsonna - A

Lapka sajt.
tejféle

Vajízú light margarin

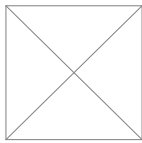
Pizzás kifli.
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
szulfitok, tejféle, tojás, zeller

Gyümölcs joghurt
tejféle

Korpvit keksz
diófélék, glutén, szezámmag,
tejféle, tojás

Cigánysonka
szója

Philadelphia sajtkrém.
tejféle



Veszprémi Érseki Főiskola

8200 Veszprém

Jutasi út 18/2.

ÉTLAP

2024. 13. hét (2024.03.25. - 2024.03.31.)

Óvoda

Korcsoport: 4 - 6 év

IKR Élelmezési program [V: 4.1.9.20] © Info-Set Kft.

2024.03.20. 8:02

2. / 2. oldal

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
---------	-------	------	--------	-----------	--------

Uzsonna - A

Paradicsom

Reneszánsz kenyér

diófélék, glutén, szezámmag, szója, szulfitek, tejféle, tojás

Összetevők:	En: 226,3 kcal	Zs: 8,1 g	En: 199,9 kcal	Zs: 7,7 g
	Tz: 3,9 g	Fe: 7,9 g	Tz: 1,1 g	Fe: 3,1 g
	Sz: 29,6 g	Cu: 1,5 g	Sz: 29,4 g	Cu: 6,7 g
	So: 1,5 g	Hs: -	So: 1,1 g	Hs: -

Jégsaláta

Graham kenyér.tk.

diófélék, glutén, szezámmag, szója, tejféle, tojás

En: 176,7 kcal	Zs: 4,5 g	En: -	Zs: -
Tz: 2,0 g	Fe: 8,1 g	Tz: -	Fe: -
Sz: 25,9 g	Cu: 0,6 g	Sz: -	Cu: -
So: 1,3 g	Hs: -	So: -	Hs: -

S Energia - A	1067,4 kcal	1092,21 kcal	931,5 kcal	1248,43 kcal	0 kcal
---------------	-------------	--------------	------------	--------------	--------

Jelmagyarázat: En - Energia, Fe - Fehérje, Zs - Zsír, Sz - Szénhidrát, Cu - Cukor, Tz - Telített zsírsav, So - Összes só, Hs - Hozzáadott só

Ebéd rendelés és lemondás a tárgy napot megelőző napon 10 óráig lehetséges.

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk!

37/2014(IV.30) EMMI rendelet alapján a tápanyagértékek 1 adagra értendők!

intézményvezető

élelmezés vezető

vezető szakács