

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

Tízórai - A

Tejbedara
glutén, tejféle
Kakaó szórat
szója

Tejeskávé 1,5 dl
glutén, tejféle
Tihany szendvicsskrém
tejféle

Zöldpaprika.

Parasztkenyér
diófélék, glutén, szezám, szója,
szulfitek, tejféle, tojás

Hideg tej.
tejféle

Töltött gabonapárna
diófélék, földimogyoró, glutén,
szezám, szója, tejféle

Tea

Vörös Cheddar sajt szelet
tejféle

Liga margarin

Sörretek

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

Összetevők:	En: 253,3 kcal	Zs: 4,0 g	Tz: 2,4 g	Fe: 8,4 g	Sz: 45,2 g	So: 0,3 g	Hs: -	En: 230,7 kcal	Zs: 2,9 g	Tz: 5,0 g	Fe: 10,0 g	Sz: 42,3 g	So: 1,0 g	Hs: -	En: -	Zs: -	Tz: -	Fe: -	Sz: -	So: -	Hs: -	En: 222,4 kcal	Zs: 8,2 g	Tz: 4,4 g	Fe: 8,5 g	Sz: 28,1 g	So: 0,3 g	Hs: -	En: 253,7 kcal	Zs: 9,3 g	Tz: 5,4 g	Fe: 9,2 g	Sz: 32,7 g	So: 1,3 g	Hs: -
-------------	----------------	-----------	-----------	-----------	------------	-----------	-------	----------------	-----------	-----------	------------	------------	-----------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	----------------	-----------	-----------	-----------	------------	-----------	-------	----------------	-----------	-----------	-----------	------------	-----------	-------

Ebéd - A

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

Majorannás burgonyafőzelék
glutén, tejféle

Sertés aprópecsenye
glutén, mustár, szója, tejféle, tojás

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

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

Mákos metélt
diófélék, glutén

Alma,

Csontleves cérnámetélttel
zeller, glutén, tojás, mustár, szója,
tejféle

Zöldborsós pulykatokány
glutén, mustár, szója, tejféle, tojás,
zeller

Párolt bulgúr
glutén

Gyümölcs saláta,

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

Sóskamártás
glutén, tejféle

Főtt tojás
tojás

Főtt burgonya 1/2 adag

Kenyér, graham tk.
diófélék, glutén, szezám, szója,
tejféle, tojás

Összetevők:	En: 652,5 kcal	Zs: 32,3 g	Tz: 4,7 g	Fe: 21,6 g	Sz: 61,5 g	So: 1,7 g	Hs: 0,3 g	En: 616,4 kcal	Zs: 19,6 g	Tz: 3,3 g	Fe: 25,7 g	Sz: 80,4 g	So: 0,4 g	Hs: 0,3 g	En: -	Zs: -	Tz: -	Fe: -	Sz: -	So: -	Hs: -	En: 674,7 kcal	Zs: 22,1 g	Tz: 1,3 g	Fe: 27,7 g	Sz: 84,5 g	So: 0,5 g	Hs: 0,3 g	En: 610,7 kcal	Zs: 30,0 g	Tz: 5,2 g	Fe: 17,4 g	Sz: 58,2 g	So: 0,9 g	Hs: 0,3 g
-------------	----------------	------------	-----------	------------	------------	-----------	-----------	----------------	------------	-----------	------------	------------	-----------	-----------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	----------------	------------	-----------	------------	------------	-----------	-----------	----------------	------------	-----------	------------	------------	-----------	-----------

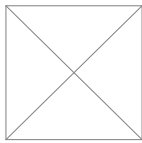
Uzsonna - A

Füstölt ízű kockasajt
tejféle

Sváb sonka
glutén, tejféle

Pick sertés párizsi
szója

Tarka gyümölcs joghurt
tejféle



Veszprémi Érseki Főiskola

8200 Veszprém

Jutasi út 18/2.

ÉTLAP

2024. 18. hét (2024.04.29. - 2024.05.05.)

Óvoda

Korcsoport: 4 - 6 év

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

2024.04.24. 10:55

2. / 2. oldal

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Uzsonna - A	Kígyóuborka	Vajízú light margarin		Pestós sajtkrém. tejféle, mustár	Mese csokis keksz diófélék, földimogyoró, glutén, szója, tejféle, tojás
	Korpás kifli diófélék, glutén, szezám, szója, szulfitek, tejféle, tojás	Sörretek. Graham zsemle tk. diófélék, glutén, szezám, szója, szulfitek, tejféle, tojás		Paradicsom	
				Tönköly kenyér tk. diófélék, glutén, szezám, szója, szulfitek, tejféle, tojás	
Összetevők:	En: 166,5 kcal Zs: 3,0 g Tz: 1,7 g Fe: 5,2 g Sz: 29,1 g Cu: 1,4 g So: 0,8 g Hs: -	En: 170,8 kcal Zs: 4,4 g Tz: 1,3 g Fe: 7,8 g Sz: 24,8 g Cu: 0,2 g So: 1,2 g Hs: -	En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: - Hs: -	En: 202,0 kcal Zs: 5,5 g Tz: 1,9 g Fe: 8,3 g Sz: 28,6 g Cu: 0,5 g So: 1,4 g Hs: -	En: 212,0 kcal Zs: 6,8 g Tz: 3,5 g Fe: 6,1 g Sz: 30,6 g Cu: 18,8 g So: 0,3 g Hs: -
S energia - A	1072,26 kcal	1017,95 kcal	0 kcal	1099,06 kcal	1076,35 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