

Étlap óvodások 4-6

2024.12.23. - 2024.12.29.

	hétfő 2024.12.23	kedd 2024.12.24.	szerda 2024.12.25.	csütörtök 2024.12.26.	péntek 2024.12.27.
Tízórai	Tea, Főtt virsli,mustár, ketchup, Tk.kenyér (01,10), E:1 072(Kj) 257(KCal) E: 9(g) Kol: 12(g) Sz: 35(g) Zsir: 8(g) Cuk: 9(g) Só:1,08(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 21(mg)	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)
Ebéd	Rostos gyümölcsle, Székelykáposzta (07,01), Sajtos pogácsa (01,07,03), E:2 328(Kj) 557(KCal) E: 15(g) Kol: 74(g) Sz: 71(g) Zsir: 20(g) Cuk: 4(g) Só:1,01(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 159(mg)	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)
Uzsonna	Kocka sajt (07), Teljes kiőrlésű kifli (01), E: 669(Kj) 160(KCal) F: 11(g) Kol: 27(g) Sz: 45(g) Zsir: 9(g) Cuk: 0(g) Só:0,28(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 146(mg)	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)

01=Glutén,02=Rákfélék,03=Tojás,04=Halak,05=Földimogyoró,06=Szójabab,07=Tej,08=Diófélék,09=Zeller,10=Mustár,11=Szezám,12=Kén-dioxid,13=Csilagfűrt,14=Puhatestűek,