Városi Szolgáltató Nonprofit Zrt

Szabadkai út 9.

Étlap óvodások 4-6

2026.11.02. - 2026.11.08.

	hétfő 2026.11.02	kedd 2026.11.03.	szerda 2026.11.04.	csütörtök 2026.11.05.	péntek 2026.11.06.
Tízórai	**Főtt virsli,mustár, ketchup, Tk.kenyér (01,10),** E: 930(Kj) 223(KCal) F: 9(g) Kol: 12(g) Sz: 27(g) Zsir: 8(g) Cuk: 1(g) Só:1,19(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 21(mg)	**Tej (07), Csokis croissant (01,03,07),** E:1 982(Kj) 474(KCal) F: 12(g) Kol: 28(g) Sz: 59(g) Zsir: 22(g) Cuk: 12(g) Só:0,80(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 228(mg)	**Méz, Teavaj (07), Kakaós kalács (01,03),** E:1 206(Kj) 289(KCal) F: 6(g) Kol: 12(g) Sz: 47(g) Zsir: 8(g) Cuk: 0(g) Só:0,52(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 20(mg)	**Tej (07), Molnárka (01,03,07), Teavaj (07),** E:1 838(Kj) 440(KCal) F: 14(g) Kol: 40(g) Sz: 58(g) Zsir: 17(g) Cuk: 6(g) Só:0,81(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 229(mg)	**Bécsi perec (01,07),** E: 479(Kj) 115(KCal) F: 4(g) Kol: 0(g) Sz: 21(g) Zsir: 2(g) Cuk: 0(g) Só:1,75(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 35(mg)
Ebéd	**Tejfölös burgonyaleves (01), Bácskai rizseshús, Savanyúság,** E:1 743(Kj) 417(KCal) F: 14(g) Kol: 29(g) Sz: 70(g) Zsir: 6(g) Cuk: 0(g) Só:1,42(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 61(mg)	**Marhahúsleves (09), Kukoricafőzelék (07,01), Rántott párizsi (06,01,03), Gyümölcs,** E:2 727(Kj) 652(KCal) F: 21(g) Kol: 96(g) Sz: 65(g) Zsir: 32(g) Cuk: 0(g) Só:2,51(g) Tel.Zs: 5(g) Ca: 149(mg)	**Zellerkrémleves kölesgolyó (09,01), Sült csirke-comb, Burgonyapüré (07), Káposzta saláta,** E:1 763(Kj) 422(KCal) F: 18(g) Kol: 22(g) Sz: 67(g) Zsir: 8(g) Cuk: 0(g) Só:2,36(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 92(mg)	**Májgombócleves (03,01,09), Tonhalas paradicsomos tészta (01,03,04), Reszelt sajt (07),** E:2 343(Kj) 561(KCal) F: 32(g) Kol: 59(g) Sz: 64(g) Zsir: 19(g) Cuk: 2(g) Só:3,79(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 141(mg)	**Tárkonyos raguleves (07,10,01,03,09), Szilvás gombóc (01,03),** E:1 993(Kj) 477(KCal) F: 16(g) Kol: 50(g) Sz: 74(g) Zsir: 11(g) Cuk: 5(g) Só:2,62(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 80(mg)
Uzsonna	**Rákóczi szalámi, Vajkrém (07), Korpás zsemle (01),** E:1 164(Kj) 279(KCal) F: 5(g) Kol: 23(g) Sz: 25(g) Zsir: 5(g) Cuk: 0(g) Só:0,87(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 23(mg)	**Tojáskrém (03,07,10), Teljes kiőrlésű kifli (01), Zöldség,** E: 744(Kj) 178(KCal) F: 11(g) Kol: 53(g) Sz: 46(g) Zsir: 10(g) Cuk: 0(g) Só:0,55(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 43(mg)	**Párizsi felvágott (06), Vajkrém (07), Teljes kiőrlésű kifli (01), Zöldség,** E: 934(Kj) 224(KCal) F: 13(g) Kol: 42(g) Sz: 46(g) Zsir: 14(g) Cuk: 0(g) Só:0,76(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 39(mg)	**Sajtkrém (07), Teljes kiőrlésű kifli (01), Zöldség,** E: 718(Kj) 172(KCal) F: 27(g) Kol: 13(g) Sz: 46(g) Zsir: 9(g) Cuk: 0(g) Só:0,47(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 75(mg)	**Prágai sonka, Vajkrém (07), Teljes kiőrlésű kenyér (01), Zöldség,** E:1 182(Kj) 283(KCal) F: 10(g) Kol: 37(g) Sz: 28(g) Zsir: 13(g) Cuk: 0(g) Só:1,37(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 12(mg)

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

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Élelmezésvezető