



Heti étlap 2025.06.30. - 2025.07.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00013) Óvoda Pécel	Citromos tea , Tonhalkrém , Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika	Tejeskávé , Vajkrém, Stangli	Gyümölcs tea, Szendvicskrém darált tökmaggal, Korpás Kifli	Kakaó, Margarin, Foszlós kalács	Citromos tea , Csicseriborsó krém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika
		Energia: 218,13 Kcal / 911,78 KJ	Energia: 331,37 Kcal / 1 385,13 KJ	Energia: 296,25 Kcal / 1 238,33 KJ	Energia: 186,41 Kcal / 779,19 KJ	Energia: 197,22 Kcal / 824,38 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		8,89 g 5,96 g 2,09 g	12,67 g 12,50 g 4,30 g	5,95 g 9,53 g 3,75 g	9,06 g 5,11 g 1,24 g	6,82 g 2,58 g 0,52 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00013) Óvoda Pécel	Lebbencsleves, Finomfőzelék , Dínó figurák, Félbarna kenyér, Alma	Sertésraguleves , Darásmetélt , Sárgabarack jam	Rántott leves , Levesgyöngy , Csirke pörkölt , Főtt burgonya, Savanyúság	Pirított tésztaleves, Zöldbabfőzelék , Dixi fasírt, Félbarna kenyér	Zöldség leves, Rántott csirkemell, Petrezselymes burgonya , Savanyúság
		Energia: 636,20 Kcal / 2 659,32 KJ	Energia: 619,64 Kcal / 2 590,10 KJ	Energia: 427,00 Kcal / 1 784,86 KJ	Energia: 310,14 Kcal / 1 296,39 KJ	Energia: 408,91 Kcal / 1 709,24 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		26,82 g 23,44 g 4,37 g	19,13 g 9,65 g 0,88 g	20,03 g 11,86 g 1,94 g	14,56 g 10,09 g 3,07 g	29,42 g 7,87 g 1,61 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Tízórai	(00013) Óvoda Pécel	8,89 g 5,96 g 2,09 g	12,67 g 12,50 g 4,30 g	5,95 g 9,53 g 3,75 g	9,06 g 5,11 g 1,24 g	6,82 g 2,58 g 0,52 g
		31,06 g 4,02 g 0,86 g	44,00 g 2,00 g 0,30 g	44,67 g 14,99 g 0,40 g	26,41 g 3,95 g 0,20 g	35,52 g 4,02 g 0,77 g
Ebéd	(00013) Óvoda Pécel	Lebbencsleves, Finomfőzelék , Dínó figurák, Félbarna kenyér, Alma	Sertésraguleves , Darásmetélt , Sárgabarack jam	Rántott leves , Levesgyöngy , Csirke pörkölt , Főtt burgonya, Savanyúság	Pirított tésztaleves, Zöldbabfőzelék , Dixi fasírt, Félbarna kenyér	Zöldség leves, Rántott csirkemell, Petrezselymes burgonya , Savanyúság
		Energia: 636,20 Kcal / 2 659,32 KJ	Energia: 619,64 Kcal / 2 590,10 KJ	Energia: 427,00 Kcal / 1 784,86 KJ	Energia: 310,14 Kcal / 1 296,39 KJ	Energia: 408,91 Kcal / 1 709,24 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		26,82 g 23,44 g 4,37 g	19,13 g 9,65 g 0,88 g	20,03 g 11,86 g 1,94 g	14,56 g 10,09 g 3,07 g	29,42 g 7,87 g 1,61 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Tízórai	(00013) Óvoda Pécel	8,89 g 5,96 g 2,09 g	12,67 g 12,50 g 4,30 g	5,95 g 9,53 g 3,75 g	9,06 g 5,11 g 1,24 g	6,82 g 2,58 g 0,52 g
		31,06 g 4,02 g 0,86 g	44,00 g 2,00 g 0,30 g	44,67 g 14,99 g 0,40 g	26,41 g 3,95 g 0,20 g	35,52 g 4,02 g 0,77 g





Heti étlap 2025.06.30. - 2025.07.04.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(00013) Óvoda Pécel	Gyümölcs joghurt, Kifli			Zala felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Kígyóborka			Sonka krém , Félbarna kenyér, Paprika			Sertéspárizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom			Kocka sajt, Kifli		
		Energia: 203,22 Kcal / 849,46 Kj			Energia: 168,44 Kcal / 704,08 Kj			Energia: 194,33 Kcal / 812,30 Kj			Energia: 184,26 Kcal / 770,21 Kj			Energia: 155,21 Kcal / 648,78 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		6,86 g	3,21 g	3,13 g	7,90 g	2,90 g	1,00 g	7,30 g	6,08 g	2,86 g	7,26 g	4,62 g	1,25 g	5,04 g	3,11 g	1,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		36,28 g	12,99 g	0,49 g	26,84 g	0,00 g	1,19 g	27,32 g	0,00 g	1,04 g	27,56 g	0,00 g	0,98 g	25,98 g	0,00 g	0,46 g
		 						  			  			 		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

