

ÉTLAP

Nagykovács

Óvoda

2020.08.10.–2020.08.16.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Karamellás tej Briós</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7</p> <p>EN:310 ZS: 7 TZS: 3,9 FH: 10,1 SZH:48,7 CK:24,5 SÓ: 0,6</p>	<p>Gyümölcs tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,12</p> <p>EN: 208 ZS: 4,6 TZS: 1,4 FH: 6 SZH:32,8 CK: 7,6 SÓ: 0,8</p>	<p>Gyümölcs tea Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,12</p> <p>EN: 221 ZS: 5,6 TZS: 1,6 FH:6,3 SZH:33,4 CK: 7,6 SÓ: 1,2</p>	<p>Tej Gabonapehely</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN: 178 ZS: 3,9 TZS: 2 FH: 7 SZH:25,2 CK: 16,2 SÓ: 0,3</p>	<p>Kakaós tej Vajkrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 347 ZS: 8,2 TZS: 4,6 FH: 11,2 SZH: 52 CK: 22,3 SÓ: 1,1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
--	--	---	---	--	--	--

EBÉD

<p>Tejfőles zöldbaleves Tarhonyás sertéshús Csemege uborka édesítőszerrel</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN:488 ZS: 22,7 TZS: 5,8 FH: 19,2 SZH:49,3 CK:5,7 SÓ: 2,1</p>	<p>Csontleves Székelykáposzta Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 429 ZS: 23,5 TZS: 7,1 FH: 16,8 SZH:34,5 CK: 3,2 SÓ: 4,5</p>	<p>Almalé 100%-os Grillfűszeres csirkemell Vajjas burgonya Tavaszi saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN: 417 ZS: 8,5 TZS: 2,5 FH:22,3 SZH:53,2 CK: 25,9 SÓ: 2</p>	<p>Lebbencsleves Szezámmagos szárnyas fasírt Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Nektarin</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,11,12</p> <p>EN: 666 ZS: 19,3 TZS: 3,3 FH: 28,2 SZH:90,1 CK: 18,9 SÓ: 3,1</p>	<p>Zeller krémleves Leves gyöngy Hentes sertés tokány Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 561 ZS: 27,3 TZS: 8,4 FH: 18,3 SZH: 60,4 CK: 2,9 SÓ: 1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
---	--	---	---	--	--	--

UZSONNA

<p>Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN:174 ZS: 3 TZS: 0,8 FH: 7,4 SZH:26,4 CK:0,4 SÓ: 1,1</p>	<p>Kockasajt Kígyóuborka Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 235 ZS: 9,2 TZS: 5,6 FH: 8,4 SZH:28,8 CK: 2,6 SÓ: 1,4</p>	<p>Edami sajt Margarin Félbarna kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 242 ZS: 9,4 TZS: 5,4 FH:11,7 SZH:26,9 CK: 0,4 SÓ: 1,5</p>	<p>Csemege szalámi Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 202 ZS: 7,1 TZS: 2,6 FH: 6,2 SZH:27,1 CK: 0,4 SÓ: 1,3</p>	<p>Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10</p> <p>EN: 198 ZS: 6,4 TZS: 0,2 FH: 6,7 SZH: 26,9 CK: 0,4 SÓ: 1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
--	---	--	--	---	--	--

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákkfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedet kérjük, megértésedet köszönjük.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.