

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

Tízórai - A

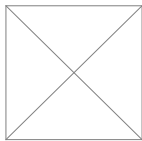
	Tea	Tea	Hideg tej. tejféle	Tej tejféle	Árpkása körtés, fahéjas szójaleves, glutén, mustár, szója, tojás, zeller
	Lilahagymás túrókrém tejféle	Libamájás pástétom glutén, tejféle	Vaniliás és barackos párna diófélék, földimogyoró, glutén, mustár, szezám, szója, tejféle, tojás	Gabonapehely, csokigolyó diófélék, földimogyoró, glutén, tejféle	
	Sörretek	Kaliforniai paprika			
	Búzakorpás diákrúd diófélék, glutén, szezám, szója, szulfidok, tejféle, tojás	Graham kenyér.tk. diófélék, glutén, szezám, szója, tejféle, tojás			
Összetevők:	En: 211,8 kcal Zs: 2,7 g Tz: 1,4 g Fe: 7,8 g Sz: 38,0 g Cu: 7,5 g So: 0,8 g Hs: 0,1 g	En: 166,3 kcal Zs: 1,1 g Tz: 0,2 g Fe: 5,1 g Sz: 33,3 g Cu: 7,4 g So: 0,8 g Hs: -	En: 339,3 kcal Zs: 15,6 g Tz: 7,4 g Fe: 9,6 g Sz: 39,3 g Cu: 21,2 g So: 0,6 g Hs: -	En: 162,0 kcal Zs: 3,8 g Tz: 2,3 g Fe: 7,9 g Sz: 23,2 g Cu: 14,2 g So: 0,4 g Hs: -	En: 245,2 kcal Zs: 5,5 g Tz: 3,3 g Fe: 8,7 g Sz: 40,1 g Cu: 22,4 g So: 0,5 g Hs: -

Ebéd - A

	Zöldséges rizsleves glutén, mustár, tejféle, tojás, zeller, szója	Legényfogó leves zeller, tejféle, glutén, tojás, mustár, szója	Tojás leves glutén, tojás, mustár, szója, tejféle	Póréhagymakrémleves glutén, mustár, szója, tejféle, tojás, zeller	Zeller leves glutén, zeller, mustár, szója, tejféle, tojás
	Lencsefőzelék mustár, glutén, tejféle	Darás metélt glutén	Sertéskaraj sajtmártással glutén, tejféle, szója, tojás	Cukkinis csirkemell tejféle, glutén, mustár, szója, tojás	Rántott halfilé lenmagos burgonya, glutén, szezám, szója, tejféle, tojás, földimogyoró
	Sertéspörkölt feltét glutén, mustár, szója, tejféle, tojás, zeller	Gyümölcs öntet.	Párolt bulgúr glutén	Párolt rizs	Burgonya püré, tejféle
	Graham kenyér tk. diófélék, glutén, szezám, szója, tejféle, tojás	Mandarin			Csoki mikulás diófélék, földimogyoró, glutén, szója, tejféle
Összetevők:	En: 683,6 kcal Zs: 30,1 g Tz: 3,9 g Fe: 30,1 g Sz: 66,3 g Cu: 3,9 g So: 1,5 g Hs: 0,3 g	En: 667,4 kcal Zs: 16,1 g Tz: 2,8 g Fe: 25,3 g Sz: 101,4 g Cu: 21,2 g So: 0,4 g Hs: 0,2 g	En: 571,6 kcal Zs: 24,6 g Tz: 3,5 g Fe: 25,1 g Sz: 59,2 g Cu: 0,9 g So: 0,7 g Hs: 0,3 g	En: 606,5 kcal Zs: 24,0 g Tz: 8,8 g Fe: 27,6 g Sz: 63,4 g Cu: 4,4 g So: 1,1 g Hs: 0,4 g	En: 738,0 kcal Zs: 28,7 g Tz: 11,1 g Fe: 29,3 g Sz: 82,1 g Cu: 28,3 g So: 0,9 g Hs: 0,4 g

Uzsonna - A

	Mozzarella sajt szelet tejféle	Zöldpestós sajtkrém mustár, tejféle	Sonkakrém tejféle, mustár	Paprikás csirkemell sonka szója	Medve natúr kockasajt tejféle
	Light margarin	Hónapos retek.	Paradicsom	Flóra margarin	Zöldpaprika.
	Zöldpaprika:	Korpás kifli diófélék, glutén, szezám, szója, szulfidok, tejféle, tojás	Graham spitz tk. diófélék, glutén, szezám, szója, szulfidok, tejféle, tojás	Kígyóuborka	Tönköly spitz tk. diófélék, glutén, szezám, szója, szulfidok, tejféle, tojás



Veszprémi Érseki Főiskola

8200 Veszprém
Jutasi út 18/2.

ÉTLAP

2024. 49. hét (2024.12.02. - 2024.12.08.)

Óvoda

Korcsoport: 4 - 6 év

IKR Élelmezési program [V: 4.2.1.1] © Info-Set Kft.

2024.11.28. 8:23

2. / 2. oldal

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

Uzsonna - A

Palotai rozskenyér.

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

Tönköly kenyér tk.

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

Összetevők:	En: 201,5 kcal	Zs: 6,2 g	En: 166,2 kcal	Zs: 2,2 g	En: 175,7 kcal	Zs: 5,1 g	En: 196,1 kcal	Zs: 5,3 g	En: 166,7 kcal	Zs: 4,0 g
	Tz: 2,5 g	Fe: 7,3 g	Tz: 0,8 g	Fe: 6,4 g	Tz: 2,1 g	Fe: 6,0 g	Tz: 1,2 g	Fe: 8,4 g	Tz: 2,5 g	Fe: 6,4 g
	Sz: 29,1 g	Cu: 0,1 g	Sz: 29,4 g	Cu: 1,3 g	Sz: 26,1 g	Cu: 0,2 g	Sz: 27,7 g	Cu: 0,2 g	Sz: 26,2 g	Cu: 0,9 g
	So: 0,9 g	Hs: -	So: 0,9 g	Hs: -	So: 1,0 g	Hs: -	So: 1,3 g	Hs: -	So: 0,9 g	Hs: -

S Energia - A	1096,84 kcal	999,92 kcal	1086,57 kcal	964,61 kcal	1149,88 kcal
---------------	--------------	-------------	--------------	-------------	--------------

Jelmagyarázat: En - Energia, Fe - Fehérje, Zs - Zsír, Sz - Szénhidrát, Cu - Cukor, Tz - Teltett 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