

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

Tízórai - A

Hideg tej, 1,5 dl
tejféleFonott kalács
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
szulfitek, tejféle, tojás

Áfonya lekvár.

Tea

Kaiser Mini májas
szója

Kápia paprika

Reszelt trappista sajt

Graham kenyér.tk.
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
tejféle, tojás

Tea

Párizsikrém
szója, tejféle, mustár

Kígyóuborka

Fehér kenyér
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
szulfitek, tejféle, tojásTej
tejféleFahéjas gabonapehely telj.kiő.
diófélék, földimogyoró, glutén,
szezámmag, szója, tejféleEn: 184,0 kcal Zs: 3,6 g
Tz: 2,1 g Fe: 7,6 g
Sz: 29,9 g Cu: 18,2 g
So: 0,4 g Hs: -

Tea

Háromsajtos szendvicskrém
glutén, mustár, szezámmag, szója,
tejféle, tojás, zeller
Zöldpaprika.Tönköly spitz tk.
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
szulfitek, tejféle, tojásÖsszetevők: En: 275,1 kcal Zs: 5,8 g
Tz: 3,0 g Fe: 9,6 g
Sz: 45,6 g Cu: 20,0 g
So: 0,6 g Hs: -En: 252,8 kcal Zs: 8,4 g
Tz: 3,6 g Fe: 9,9 g
Sz: 33,5 g Cu: 7,7 g
So: 1,4 g Hs: -En: 239,0 kcal Zs: 6,8 g
Tz: 2,8 g Fe: 6,2 g
Sz: 37,5 g Cu: 7,9 g
So: 1,0 g Hs: -En: 184,0 kcal Zs: 3,6 g
Tz: 2,1 g Fe: 7,6 g
Sz: 29,9 g Cu: 18,2 g
So: 0,4 g Hs: -En: 214,4 kcal Zs: 5,3 g
Tz: 3,3 g Fe: 7,6 g
Sz: 33,4 g Cu: 7,4 g
So: 0,9 g Hs: -

Ebéd - A

Vajasgaluska leves
glutén, mustár, szója, tejféle, tojás,
zellerSzékely káposzta
tejféle, glutén, tojás, zellerMikulásos müzli szelet
diófélék, földimogyoró, glutén,
szezámmag, szója, tejféleGraham kenyér tk.
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
tejféle, tojásHúsos zöldborsó leves
glutén, tojás, mustár, tejféle, zeller,
szójaLekváros bukta házi készítésű
tojás, tejféle, glutén

Alma,

En: 680,1 kcal Zs: 19,0 g
Tz: 1,2 g Fe: 24,2 g
Sz: 97,4 g Cu: 28,7 g
So: 0,9 g Hs: 0,6 gSzárnyashúsleves cérnametéllel
glutén, mustár, szója, tejféle, tojás,
zeller

Zöldséges Rizseshús.

Házi cékla savanyúság
tejféleEn: 621,4 kcal Zs: 25,2 g
Tz: 1,2 g Fe: 22,1 g
Sz: 70,2 g Cu: 8,3 g
So: 1,1 g Hs: 0,6 gParadicsom leves
zeller, gluténGöngyölt csirkemell
tojás, diófélék, glutén, szezámmag,
szója, tejféle, mustár
Petrezselymes burgonya

Házi vitamin saláta

En: 575,8 kcal Zs: 17,7 g
Tz: 1,4 g Fe: 28,3 g
Sz: 76,0 g Cu: 18,4 g
So: 1,8 g Hs: 0,8 gGomba leves.
glutén, tojás, mustár, szója, tejféle,
zellerTúrógombóc.
glutén, diófélék, földimogyoró,
szója, szulfitek, tejféle, tojás
MandarinEn: 604,1 kcal Zs: 21,9 g
Tz: 4,8 g Fe: 16,6 g
Sz: 84,3 g Cu: 27,2 g
So: 0,4 g Hs: 0,2 g

Uzsonna - A

Gépsonka

Liga margarin

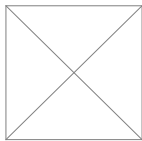
Füstölt itú kockasajt
tejféleKorpás kifli
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
szulfitek, tejféle, tojásLestyános körözött
tejféle

Hónapos retek

Trappista sajt
tejféle

Flóra margarin

Habos puding
tejféle



Veszprémi Érseki Főiskola

8200 Veszprém
Jutasi út 18/2.

ÉTLAP

2024. 50. hét (2024.12.09. - 2024.12.15.)

Óvoda

Korcsoport: 4 - 6 év

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

2024.12.05. 6:28

2. / 2. oldal

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

Uzsonna - A

Paradicsom

Félbarna kenyér

diófélék, glutén, szezám, szója, tejfélé, tojás

Tönköly spitz tk.

diófélék, glutén, szezám, szója, szulfitek, tejfélé, tojás

Sörretek

Graham kenyér.tk.

diófélék, glutén, szezám, szója, tejfélé, tojás

Összetevők:	En: 179,5 kcal	Zs: 3,6 g	En: 163,2 kcal	Zs: 2,9 g	En: 161,9 kcal	Zs: 2,8 g	En: 219,9 kcal	Zs: 8,7 g	En: 162,8 kcal	Zs: 4,2 g	
Tz:	1,1 g	Fe: 5,8 g	Tz:	1,6 g	Fe: 5,9 g	Tz:	1,7 g	Fe: 7,2 g	Tz:	2,8 g	Fe: 2,1 g
Sz:	29,9 g	Cu: 0,2 g	Sz:	27,5 g	Cu: 1,0 g	Sz:	26,8 g	Cu: 0,7 g	Sz:	28,7 g	Cu: 22,8 g
So:	1,4 g	Hs: -	So:	0,9 g	Hs: -	So:	0,8 g	Hs: 0,2 g	So:	0,1 g	Hs: -

S Energia - A	1062,31 kcal	1096,12 kcal	1022,22 kcal	979,71 kcal	981,19 kcal
---------------	--------------	--------------	--------------	-------------	-------------

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