

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

Tízórai - A

Tea

Mediterrán túrókrém
tejféle, földimogyoró, glutén, hal,
zeller

Kigyóborka

Kornspitz rúd
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
szulfitok, tejféle, tojás

Tea

Főtt tojás karika
tojás

Házi sajtkrém.
tejféle, glutén, mustár, szezámmag,
szója, tojás, zeller

Jégcsapretek

Teljeskiőrlésű kenyér
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
szulfitok, tejféle, tojás

Teljeskiőrlésű kenyér
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
szulfitok, tejféle, tojás

Tea

Füstölt sajt szelet
glutén, tejféle

Flóra margarin

Paradicsom

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

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

Árpkása körtével és fahéjas
szója, glutén, mustár, szója, tojás,
zeller

En: 281,5 kcal Zs: 6,5 g
Tz: 3,6 g Fe: 8,4 g
Sz: 47,3 g Cu: 21,5 g
So: 0,5 g Hs: -

Tea

Lestyános körözött
tejféle

Lilahagyma

Tönköly kenyér tk.
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
szulfitok, tejféle, tojás

En: 207,7 kcal Zs: 2,8 g
Tz: 1,5 g Fe: 7,8 g
Sz: 35,9 g Cu: 7,5 g
So: 1,0 g Hs: 0,2 g

Összetevők: En: 234,0 kcal Zs: 3,4 g
Tz: 1,4 g Fe: 8,1 g
Sz: 42,2 g Cu: 8,1 g
So: 1,1 g Hs: 0,3 g

En: 233,4 kcal Zs: 6,3 g
Tz: 2,0 g Fe: 10,0 g
Sz: 33,5 g Cu: 7,7 g
So: 0,9 g Hs: -

En: 245,0 kcal Zs: 7,9 g
Tz: 3,0 g Fe: 8,1 g
Sz: 34,7 g Cu: 7,2 g
So: 1,3 g Hs: -

Ebéd - A

Csontleves eperlevéllel
zeller, glutén, mustár, szója, tejféle,
tojás

Paradicsomos húsgombóc
zeller, glutén, tojás

Főtt burgonya 1/2 adag

Félb.kenyér
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
tejféle, tojás

Félb.kenyér
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
tejféle, tojás

Babgulyás.
glutén, tojás, mustár, szója, tejféle,
zeller

Farsangi fánk
tojás, tejféle, glutén

Barack íz

En: 748,2 kcal Zs: 22,7 g
Tz: 2,7 g Fe: 30,7 g
Sz: 98,0 g Cu: 20,0 g
So: 1,0 g Hs: 0,5 g

Rántott leves levesgyönggyel
glutén, mustár, szója, tejféle, tojás,
zeller

Brassói aprópecsenye
glutén, mustár, szója, tejféle, tojás,
zeller

Cékla saláta édesítőszerrel.
mustár

En: 541,8 kcal Zs: 27,9 g
Tz: 5,5 g Fe: 19,1 g
Sz: 45,3 g Cu: 4,8 g
So: 2,7 g Hs: 0,9 g

Meggy leves
glutén, tejféle, mustár, tojás, zeller,
szezámmag, szója

Szezámcsirkemell
tejféle, diófélék, glutén,
szezámmag, szója, tojás, mustár,
zeller

Rizi-bizi

Bajor káposzta saláta (édes.szer.)
szulfitok

En: 548,1 kcal Zs: 12,4 g
Tz: 3,6 g Fe: 24,2 g
Sz: 79,4 g Cu: 20,9 g
So: 1,8 g Hs: 0,6 g

Burgonya leves
glutén, mustár, szója, tejféle, tojás,
zeller

Halpaprikás
glutén, tejféle, tojás, zeller

Orsó tészta tej.kiőrl.
glutén, tojás

Mandarin

En: 608,6 kcal Zs: 20,6 g
Tz: 4,6 g Fe: 27,4 g
Sz: 72,1 g Cu: 3,8 g
So: 1,4 g Hs: 1,0 g

Összetevők: En: 668,2 kcal Zs: 30,2 g
Tz: 1,2 g Fe: 22,6 g
Sz: 69,9 g Cu: 12,3 g
So: 1,0 g Hs: 0,3 g

Uzsonna - A

Uzsonna szelet 1/2

Mozzarella sajt szelet 1/2
tejféle

Medve ízesített kockasajt.
tejféle

Korpás kifli
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
szulfitok, tejféle, tojás

Korpás kifli
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
szulfitok, tejféle, tojás

Túrós batyu
glutén, tejféle, tojás

Olasz felvágott
glutén, szója

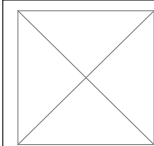
Valódi vaj margarin
tejféle

Valódi vaj margarin
tejféle

Tarka gyümölcs joghurt
tejféle

Kifli
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
szulfitok, tejféle, tojás

Kifli
diófélék, glutén, szezámmag, szója,
szulfitok, tejféle, tojás



Veszprémi Érseki Főiskola

8200 Veszprém
Jutasi út 18/2.

ÉTLAP

2025. 6. hét (2025.02.03. - 2025.02.09.)

Óvoda

Korcsoport: 4 - 6 év

Közétkeztetési program [V: 4.2.1.5] © Info-Set Kft.

2025.02.04. 11:19

2. / 2. oldal

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

Uzsonna - A

Kápia paprika

Liga margarin

Graham kenyér.tk.

diófélék, glutén, szezám, szója, tejféle, tojás

Kígyóuborka

Graham kenyér.tk.

diófélék, glutén, szezám, szója, tejféle, tojás

Összetevők:	En: 191,8 kcal	Zs: 5,6 g	En: 164,4 kcal	Zs: 3,0 g	En: 143,5 kcal	Zs: 3,2 g	En: 226,4 kcal	Zs: 10,2 g	En: 223,2 kcal	Zs: 2,5 g
	Tz: 2,5 g	Fe: 8,2 g	Tz: 1,7 g	Fe: 5,7 g	Tz: -	Fe: 4,4 g	Tz: 3,7 g	Fe: 7,3 g	Tz: 1,4 g	Fe: 8,1 g
	Sz: 26,8 g	Cu: 0,7 g	Sz: 27,9 g	Cu: 1,1 g	Sz: 24,3 g	Cu: 2,7 g	Sz: 26,1 g	Cu: 0,1 g	Sz: 42,1 g	Cu: 14,7 g
	So: 1,3 g	Hs: -	So: 1,0 g	Hs: -	So: 0,3 g	Hs: -	So: 1,3 g	Hs: -	So: 0,7 g	Hs: -

S Energia - A	1093,96 kcal	1146,04 kcal	930,3 kcal	1056,09 kcal	1039,48 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