Heti étlap 2026.11.02. - 2026.11.06.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Óvoda Gluténmentes	Tej[7], Barackos párna	Gyümölcstea, Sonkakrém, Kenyér(10,13)	Vaníliás tej[7], Méz, Margarin, Kenyér(10,13)	Gyümölcstea, Trappista sajt[7], Margarin, Kenyér(10,13), Zöldpaprika	Gyümölcs joghurt[7], Kenyér(10,13)
	Energia: 436.06 Kcal / 1,822.73 Kj	Energia: 351.89 Kcal / 1,470.90 Kj	Energia: 489.31 Kcal / 2,045.32 Kj	Energia: 389.48 Kcal / 1,628.03 Kj	Energia: 272.45 Kcal / 1,138.84 Kj
	Fehérje: 14.40 g; Zsír: 16.00 g; T.Zsírsav: 12.63 g	Fehérje: 5.07 g; Zsír: 10.84 g; T.Zsírsav: 2.88 g	Fehérje: 11.50 g; Zsír: 12.85 g; T.Zsírsav: 4.54 g	Fehérje: 7.00 g; Zsír: 14.03 g; T.Zsírsav: 5.67 g	Fehérje: 6.79 g; Zsír: 7.14 g; T.Zsírsav: 3.33 g
	Szénhidrát: 52.60 g; Cukor: 24.00 g; Só: 1.25 g	Szénhidrát: 56.24 g; Cukor: 35.16 g; Só: 1.33 g	Szénhidrát: 79.61 g; Cukor: 43.17 g; Só: 1.15 g	Szénhidrát: 56.45 g; Cukor: 34.98 g; Só: 1.24 g	Szénhidrát: 42.95 g; Cukor: 22.45 g; Só: 1.14 g
Óvoda Gluténmentes	Gulyásleves, Darás metélt, Barack öntet, Porcukor, Alma	Burgonyaleves[3,9], Bácskai rizseshús, Káposztasaláta sárgarépával	Halgaluska leves[3,4,9], Sült csirkecomb(10), Burgonyapüré, Csemege uborka[10,12]	Zöldségleves[9], Székelykáposzta[7,(12)], Kenyér(10,13), Narancs	Gyümölcslé 100 %-os, Bakonyi csirkeragu, Tészta köret, Gesztenye desszert
	Energia: 764.92 Kcal / 3,197.37 Kj	Energia: 622.52 Kcal / 2,602.13 Kj	Energia: 640.54 Kcal / 2,677.46 Kj	Energia: 476.85 Kcal / 1,993.23 Kj	Energia: 810.24 Kcal / 3,386.80 Kj
	Fehérje: 22.72 g; Zsír: 18.11 g; T.Zsírsav: 3.36 g	Fehérje: 24.93 g; Zsír: 18.51 g; T.Zsírsav: 3.40 g	Fehérje: 49.16 g; Zsír: 24.29 g; T.Zsírsav: 5.46 g	Fehérje: 20.39 g; Zsír: 14.98 g; T.Zsírsav: 3.58 g	Fehérje: 30.42 g; Zsír: 24.33 g; T.Zsírsav: 2.02 g
	Szénhidrát: 125.05 g; Cukor: 21.34 g; Só: 1.41 g	Szénhidrát: 87.60 g; Cukor: 5.07 g; Só: 2.20 g	Szénhidrát: 54.59 g; Cukor: 2.24 g; Só: 2.81 g	Szénhidrát: 61.46 g; Cukor: 0.08 g; Só: 2.00 g	Szénhidrát: 113.72 g; Cukor: 28.00 g; Só: 0.88 g
Óvoda Gluténmentes	Kenőmájas, Kenyér(10,13), Kígyóuborka	Baromfi párizsi, Margarin, Kenyér(10,13)	Vajkrém[7], Kenyér(10,13), Paradicsom	Zala felvágott, Margarin, Kenyér(10,13)	Mediterrán margarinkrém, Kenyér(10,13)
	Energia: 171.81 Kcal / 718.17 Kj	Energia: 212.52 Kcal / 888.33 Kj	Energia: 152.49 Kcal / 637.41 Kj	Energia: 218.89 Kcal / 914.96 Kj	Energia: 234.43 Kcal / 979.92 Kj
	Fehérje: 4.58 g; Zsír: 6.91 g; T.Zsírsav: 2.73 g	Fehérje: 3.60 g; Zsír: 11.99 g; T.Zsírsav: 3.48 g	Fehérje: 2.04 g; Zsír: 5.39 g; T.Zsírsav: 2.81 g	Fehérje: 4.34 g; Zsír: 12.33 g; T.Zsírsav: 3.56 g	Fehérje: 1.29 g; Zsír: 15.37 g; T.Zsírsav: 4.01 g
	Szénhidrát: 20.90 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.21 g	Szénhidrát: 20.58 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.21 g	Szénhidrát: 22.22 g; Cukor: 0.40 g; Só: 0.82 g	Szénhidrát: 20.66 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.25 g	Szénhidrát: 20.76 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.34 g

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyeződés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8.Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezámmag 12. Kén dioxid 13. Csillagfürt 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.11.09. - 2026.11.13.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Óvoda Gluténmentes	Gyümölcstea, Kockasajt[7], Kenyér(10,13)	Gyümölcstea, Zöldfűszeres vajkrém[7], Kenyér(10,13), Zöldpaprika	Kakaó[7], Dzsem(12), Margarin, Kenyér(10,13)	Gyümölcstea, Lilahagymás túrókrém[7], Kenyér(10,13)	Gyümölcstea, Padlizsánkrém[3,10,(12)], Kenyér(10,13)
	Energia: 285.03 Kcal / 1,191.43 Kj	Energia: 327.53 Kcal / 1,369.08 Kj	Energia: 430.33 Kcal / 1,798.78 Kj	Energia: 286.01 Kcal / 1,195.52 Kj	Energia: 291.22 Kcal / 1,217.30 Kj
	Fehérje: 4.37 g; Zsír: 3.50 g; T.Zsírsav: 1.37 g	Fehérje: 1.94 g; Zsír: 9.41 g; T.Zsírsav: 4.07 g	Fehérje: 12.24 g; Zsír: 15.09 g; T.Zsírsav: 5.90 g	Fehérje: 4.66 g; Zsír: 3.47 g; T.Zsírsav: 1.36 g	Fehérje: 1.78 g; Zsír: 4.78 g; T.Zsírsav: 0.69 g
	Szénhidrát: 56.69 g; Cukor: 36.02 g; Só: 0.84 g	Szénhidrát: 56.49 g; Cukor: 34.98 g; Só: 0.65 g	Szénhidrát: 58.98 g; Cukor: 26.06 g; Só: 1.03 g	Szénhidrát: 56.80 g; Cukor: 34.98 g; Só: 0.87 g	Szénhidrát: 58.31 g; Cukor: 34.98 g; Só: 1.14 g
Óvoda Gluténmentes	Csirkeraguleves[9], Tejberizs[7], Fahéjas porcukor szórat, Alma	Zöldségleves[9], Budapest ragu, Párolt rizs	Köményleves, Kenyérkocka(10,13), Sült virsli, Zöldbabfőzelék[7], Kenyér(10,13)	Daragaluska leves[3,9], Pusztapörkölt, Csemege uborka[10,12], Kenyér(10,13)	Gyümölcslé 100 %-os, Bolognai spagetti, Sajt szórat[7]
	Energia: 646.28 Kcal / 2,701.45 Kj	Energia: 595.76 Kcal / 2,490.28 Kj	Energia: 592.27 Kcal / 2,475.69 Kj	Energia: 533.04 Kcal / 2,228.11 Kj	Energia: 678.30 Kcal / 2,835.29 Kj
	Fehérje: 27.28 g; Zsír: 11.69 g; T.Zsírsav: 3.56 g	Fehérje: 27.79 g; Zsír: 15.57 g; T.Zsírsav: 3.12 g	Fehérje: 17.42 g; Zsír: 32.16 g; T.Zsírsav: 8.48 g	Fehérje: 21.78 g; Zsír: 16.14 g; T.Zsírsav: 3.24 g	Fehérje: 20.70 g; Zsír: 28.29 g; T.Zsírsav: 9.71 g
	Szénhidrát: 106.70 g; Cukor: 32.31 g; Só: 1.07 g	Szénhidrát: 85.12 g; Cukor: 0.14 g; Só: 2.14 g	Szénhidrát: 55.31 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.38 g	Szénhidrát: 71.95 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.61 g	Szénhidrát: 82.85 g; Cukor: 28.30 g; Só: 1.51 g
Óvoda Gluténmentes	Csemege szalámi, Margarin, Kenyér(10,13), Kígyóuborka	Olasz felvágott, Margarin, Kenyér(10,13)	Magyaros vajkrém[7], Kenyér(10,13), Paradicsom	Sajtkrém[7], Kenyér(10,13)	Habos puding[7]
	Energia: 246.88 Kcal / 1,031.96 Kj	Energia: 236.84 Kcal / 989.99 Kj	Energia: 186.68 Kcal / 780.32 Kj	Energia: 182.00 Kcal / 760.76 Kj	Energia: 162.99 Kcal / 681.30 Kj
	Fehérje: 3.40 g; Zsír: 13.25 g; T.Zsírsav: 2.62 g	Fehérje: 3.96 g; Zsír: 14.51 g; T.Zsírsav: 4.39 g	Fehérje: 2.34 g; Zsír: 9.39 g; T.Zsírsav: 4.08 g	Fehérje: 2.30 g; Zsír: 9.05 g; T.Zsírsav: 4.78 g	Fehérje: 2.10 g; Zsír: 4.20 g; T.Zsírsav: 2.80 g
	Szénhidrát: 26.38 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.77 g	Szénhidrát: 20.60 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.59 g	Szénhidrát: 22.00 g; Cukor: 0.40 g; Só: 0.87 g	Szénhidrát: 20.90 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.89 g	Szénhidrát: 28.70 g; Cukor: 22.80 g; Só: 0.12 g

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyeződés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8.Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezámmag 12. Kén dioxid 13. Csillagfürt 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.11.16. - 2026.11.20.

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Óvoda Gluténmentes	Tej[7], Csemege szalámi, Margarin, Kenyér(10,13)			Gyümölcstea, Füstölt sajt[7], Margarin, Kenyér(10,13)			Karamellás tej[7], Méz, Margarin, Kenyér(10,13)			Gyümölcstea, Sajtkrém[7], Kenyér(10,13), Jégcsap retek			Gyümölcstea, Tojáskrém[3,10,(12)], Kenyér(10,13), Kígyóuborka		
	Energia: 341.59 Kcal / 1,427.85 Kj			Energia: 381.73 Kcal / 1,595.63 Kj			Energia: 412.67 Kcal / 1,724.96 Kj			Energia: 326.13 Kcal / 1,363.22 Kj			Energia: 329.32 Kcal / 1,376.56 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	10.00 g	16.23 g	4.25 g	6.46 g	13.67 g	5.48 g	8.10 g	11.35 g	3.73 g	2.52 g	9.07 g	4.79 g	3.83 g	8.41 g	1.44 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	36.64 g	0.00 g	1.03 g	55.87 g	34.98 g	1.15 g	67.32 g	36.18 g	1.02 g	56.42 g	34.98 g	0.90 g	57.71 g	34.98 g	1.11 g
Óvoda Gluténmentes	Gulyásleves, Mac&cheese, Tészta köret, Kenyér(10,13), Alma			Paradicsomleves, Rántott halfilé[3,4], Párolt rizs, Majonéz[3,10]			Májgaluska leves[3,9], Rakott burgonya[3,7], Csemege uborka[10,12]			Sütőtök krémleves, Kenyérkocka(10,13), Tavaszi szárnyas rizseshús			Gyümölcslé 100 %-os, Vagdalt[3], Zöldbabfőzelék[7], Kenyér(10,13)		
	Energia: 1,223.83 Kcal / 5,115.61 Kj			Energia: 700.29 Kcal / 2,927.21 Kj			Energia: 488.06 Kcal / 2,040.09 Kj			Energia: 568.75 Kcal / 2,377.38 Kj			Energia: 642.76 Kcal / 2,686.74 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	26.97 g	66.25 g	24.73 g	26.54 g	22.74 g	3.50 g	20.22 g	22.16 g	6.60 g	23.13 g	22.15 g	4.49 g	19.70 g	25.41 g	6.94 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	125.71 g	8.09 g	2.40 g	96.21 g	0.00 g	2.14 g	50.50 g	0.00 g	2.72 g	68.41 g	1.61 g	1.03 g	80.15 g	28.00 g	1.58 g
Óvoda Gluténmentes	Kenőmájas, Kenyér(10,13), Kígyóuborka			Magyaros vajkrém[7], Kenyér(10,13), Paradicsom			Házi húskrém[10,(12)], Kenyér(10,13), Zöldpaprika			Baromfi párizsi, Margarin, Kenyér(10,13)			Csokis párna		
	Energia: 171.81 Kcal / 718.17 Kj			Energia: 186.68 Kcal / 780.32 Kj			Energia: 219.02 Kcal / 915.50 Kj			Energia: 212.52 Kcal / 888.33 Kj			Energia: 407.18 Kcal / 1,702.01 Kj		
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
	4.58 g	6.91 g	2.73 g	2.34 g	9.39 g	4.08 g	5.07 g	11.52 g	3.33 g	3.60 g	11.99 g	3.48 g	8.70 g	19.00 g	12.00 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	20.90 g	0.00 g	1.21 g	22.00 g	0.40 g	0.87 g	21.78 g	0.00 g	0.98 g	20.58 g	0.00 g	1.21 g	45.00 g	24.00 g	0.99 g

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyeződés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8.Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezámmag 12. Kén dioxid 13. Csillagfürt 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.11.23. - 2026.11.27.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Óvoda Gluténmentes	Tej[7], Olasz felvágott, Margarin, Kenyér(10,13)	Gyümölcstea, Trappista sajt[7], Margarin, Kenyér(10,13), Paradicsom	Tej[7], Dzsem(12), Margarin, Kenyér(10,13)	Gyümölcstea, Retekkrém, Kenyér(10,13)	Gyümölcs joghurt[7], Kenyér(10,13)
	Energia: 333.90 Kcal / 1,395.70 Kj	Energia: 389.94 Kcal / 1,629.95 Kj	Energia: 316.93 Kcal / 1,324.77 Kj	Energia: 325.75 Kcal / 1,361.64 Kj	Energia: 272.45 Kcal / 1,138.84 Kj
	Fehérje: 10.76 g; Zsír: 17.51 g; T.Zsírsav: 6.02 g	Fehérje: 6.96 g; Zsír: 14.01 g; T.Zsírsav: 5.68 g	Fehérje: 9.09 g; Zsír: 11.40 g; T.Zsírsav: 3.73 g	Fehérje: 1.70 g; Zsír: 8.17 g; T.Zsírsav: 3.62 g	Fehérje: 6.79 g; Zsír: 7.14 g; T.Zsírsav: 3.33 g
	Szénhidrát: 31.20 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.86 g	Szénhidrát: 56.65 g; Cukor: 34.98 g; Só: 1.24 g	Szénhidrát: 42.21 g; Cukor: 11.07 g; Só: 1.02 g	Szénhidrát: 59.21 g; Cukor: 34.98 g; Só: 1.01 g	Szénhidrát: 42.95 g; Cukor: 22.45 g; Só: 1.14 g
Óvoda Gluténmentes	Csirkeraguleves[9], Tejberizs[7], Eperöntet, Kenyér(10,13), Alma	Zellerkrémleves[9], Kenyérkocka(10,13), Pulykapörkölt feltét, Tökfőzelék[7], Kenyér(10,13)	Lebbencsleves, Lecsós csirkecomb, Párolt rizs, Kenyér(10,13)	Zöldborsóleves[9], Parajos-sajtos ragu, Tészta köret, Sajt szórat[7]	Gyümölcslé 100 %-os, Zöldséges pulykaragu[9], Pirított burgonya
	Energia: 769.44 Kcal / 3,216.26 Kj	Energia: 558.49 Kcal / 2,334.49 Kj	Energia: 933.51 Kcal / 3,902.07 Kj	Energia: 721.10 Kcal / 3,014.20 Kj	Energia: 498.94 Kcal / 2,085.57 Kj
	Fehérje: 29.07 g; Zsír: 13.37 g; T.Zsírsav: 3.80 g	Fehérje: 19.90 g; Zsír: 22.96 g; T.Zsírsav: 4.21 g	Fehérje: 50.05 g; Zsír: 30.26 g; T.Zsírsav: 6.65 g	Fehérje: 17.58 g; Zsír: 30.04 g; T.Zsírsav: 10.86 g	Fehérje: 18.03 g; Zsír: 12.81 g; T.Zsírsav: 3.09 g
	Szénhidrát: 129.73 g; Cukor: 30.50 g; Só: 1.73 g	Szénhidrát: 65.03 g; Cukor: 1.80 g; Só: 2.22 g	Szénhidrát: 111.89 g; Cukor: 0.08 g; Só: 2.54 g	Szénhidrát: 93.64 g; Cukor: 0.79 g; Só: 2.72 g	Szénhidrát: 75.44 g; Cukor: 28.00 g; Só: 1.07 g
Óvoda Gluténmentes	Paprikás szalámi, Margarin, Kenyér(10,13)	Zala felvágott, Margarin, Kenyér(10,13)	Pritaminos tonhalkrém [3,4,10,(12)], Kenyér(10,13)	Mediterrán margarinkrém, Kenyér(10,13)	Mandarin, Gesztenye desszert
	Energia: 244.53 Kcal / 1,022.14 Kj	Energia: 218.89 Kcal / 914.96 Kj	Energia: 172.03 Kcal / 719.09 Kj	Energia: 234.43 Kcal / 979.92 Kj	Energia: 280.56 Kcal / 1,172.74 Kj
	Fehérje: 3.20 g; Zsír: 13.23 g; T.Zsírsav: 2.62 g	Fehérje: 4.34 g; Zsír: 12.33 g; T.Zsírsav: 3.56 g	Fehérje: 4.27 g; Zsír: 6.50 g; T.Zsírsav: 0.83 g	Fehérje: 1.29 g; Zsír: 15.37 g; T.Zsírsav: 4.01 g	Fehérje: 10.27 g; Zsír: 12.31 g; T.Zsírsav: 0.00 g
	Szénhidrát: 26.04 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.76 g	Szénhidrát: 20.66 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.25 g	Szénhidrát: 21.87 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.40 g	Szénhidrát: 20.76 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.34 g	Szénhidrát: 30.26 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.00 g

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyeződés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8.Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezámmag 12. Kén dioxid 13. Csillagfürt 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Heti étlap 2026.11.30. - 2026.12.04.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Óvoda Gluténmentes	Gyümölcstea, Kockasajt[7], Kenyér(10,13)	Gyümölcstea, Edami sajt[7], Margarin, Kenyér(10,13), Kígyóuborka	Kakaó[7], Méz, Margarin, Kenyér(10,13)	Gyümölcstea, Tejfölös túró[7], Kenyér(10,13)	Gyümölcstea, Házi húskrém[10,(12)], Kenyér(10,13), Paradicsom
	Energia: 285.03 Kcal / 1,191.43 Kj	Energia: 384.08 Kcal / 1,605.45 Kj	Energia: 445.77 Kcal / 1,863.32 Kj	Energia: 275.54 Kcal / 1,151.76 Kj	Energia: 360.79 Kcal / 1,508.10 Kj
	Fehérje: 4.37 g; Zsír: 3.50 g; T.Zsírsav: 1.37 g; Szénhidrát: 56.69 g; Cukor: 36.02 g; Só: 0.84 g	Fehérje: 6.66 g; Zsír: 13.69 g; T.Zsírsav: 5.48 g; Szénhidrát: 56.21 g; Cukor: 34.98 g; Só: 1.16 g	Fehérje: 11.25 g; Zsír: 15.04 g; T.Zsírsav: 5.90 g; Szénhidrát: 64.11 g; Cukor: 31.19 g; Só: 1.03 g	Fehérje: 3.77 g; Zsír: 2.95 g; T.Zsírsav: 1.08 g; Szénhidrát: 56.26 g; Cukor: 34.98 g; Só: 0.86 g	Fehérje: 5.03 g; Zsír: 11.50 g; T.Zsírsav: 3.34 g; Szénhidrát: 56.97 g; Cukor: 34.98 g; Só: 0.98 g
Óvoda Gluténmentes	Frankfurti leves[7,9], Tejbedara[7], Fahéjas porcukor szórat, Kenyér(10,13), Alma	Burgonyaleves[9], Rakott zöldbab[7], Kenyér(10,13)	Csontleves[9], Sertéspörkölt feltét, Kelkáposzta főzelék, Kenyér(10,13)	Tarhonyaleves[9], Mac&cheese, Tészta köret	Gyümölcslé 100 %-os, Rántott halfilé[3,4], Párolt rizs, Majonéz[3,10], Gesztenye desszert
	Energia: 641.80 Kcal / 2,682.72 Kj	Energia: 716.96 Kcal / 2,996.89 Kj	Energia: 545.66 Kcal / 2,280.86 Kj	Energia: 809.26 Kcal / 3,382.71 Kj	Energia: 907.40 Kcal / 3,792.93 Kj
	Fehérje: 20.04 g; Zsír: 18.74 g; T.Zsírsav: 6.13 g; Szénhidrát: 95.26 g; Cukor: 32.01 g; Só: 2.49 g	Fehérje: 23.22 g; Zsír: 31.00 g; T.Zsírsav: 8.74 g; Szénhidrát: 83.05 g; Cukor: 0.07 g; Só: 1.75 g	Fehérje: 22.99 g; Zsír: 22.18 g; T.Zsírsav: 3.79 g; Szénhidrát: 60.65 g; Cukor: 0.00 g; Só: 2.18 g	Fehérje: 10.49 g; Zsír: 45.81 g; T.Zsírsav: 17.06 g; Szénhidrát: 87.08 g; Cukor: 1.34 g; Só: 2.78 g	Fehérje: 33.13 g; Zsír: 30.25 g; T.Zsírsav: 2.98 g; Szénhidrát: 122.35 g; Cukor: 28.00 g; Só: 1.41 g
Óvoda Gluténmentes	Csemege szalámi, Margarin, Kenyér(10,13), Zöldpaprika	Zala felvágott, Margarin, Kenyér(10,13)	Sajtkrém[7], Kenyér(10,13)	Magyaros vajkrém[7], Kenyér(10,13)	Almás-fahéjas rétes, Mandarin
	Energia: 248.45 Kcal / 1,038.52 Kj	Energia: 218.89 Kcal / 914.96 Kj	Energia: 182.00 Kcal / 760.76 Kj	Energia: 182.30 Kcal / 762.01 Kj	Energia: 425.12 Kcal / 1,777.00 Kj
	Fehérje: 3.44 g; Zsír: 13.29 g; T.Zsírsav: 2.62 g; Szénhidrát: 26.64 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.76 g	Fehérje: 4.34 g; Zsír: 12.33 g; T.Zsírsav: 3.56 g; Szénhidrát: 20.66 g; Cukor: 0.00 g; Só: 1.25 g	Fehérje: 2.30 g; Zsír: 9.05 g; T.Zsírsav: 4.78 g; Szénhidrát: 20.90 g; Cukor: 0.00 g; Só: 0.89 g	Fehérje: 2.14 g; Zsír: 9.35 g; T.Zsírsav: 4.07 g; Szénhidrát: 21.20 g; Cukor: 0.40 g; Só: 0.87 g	Fehérje: 8.80 g; Zsír: 18.30 g; T.Zsírsav: 15.00 g; Szénhidrát: 49.80 g; Cukor: 23.00 g; Só: 0.60 g

Az ételsorokban a szándék szerint belekerülő allergének lettek számmal feltüntetve. Keresztszennyeződés formájában az alábbi allergének fordulhatnak elő 1. Glutén 2. Rákfélék 3. Tojás 4. Hal 5. Földimogyoró 6. Szója 7. Tej (laktóz is) 8.Diófélék 9. Zeller 10. Mustár 11. Szezámmag 12. Kén dioxid 13. Csillagfürt 14. Puhatestűek. Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.