



2025. május 05-09.

Tejmentes (4-6 év)	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcsstea 2 dl (12) Zala felvágott Minimargarin Teljes kiőrlésű kenyér (1,3,5,6,7,8,11,12) Paradicsom	Gyümölcsstea 2 dl (12) Tonhalkrém (1,3,4,9,10,12) Teljes kiőrlésű zsemle (1,3,5,6,7,8,11,12) Zöldpaprika	Gyümölcsstea 2 dl (12) Kenőmájás (6,10) Teljes kiőrlésű zsemle (1,3,5,6,7,8,11,12) Paradicsom	Rizstej 2dl Minidzsem Minimargarin Kovászos kenyér (1,3,5,6,7,8,11,12)	Gyümölcsstea 2 dl (12) Szendvicssonka Minimargarin Teljes kiőrlésű kifli (1,3,5,6,7,8,11,12) Zöldpaprika
	energia 248 kcal szénhidr.30,6 g fehérje 8,7 g cukor 5,7 g zsír 8,9 g só 0,8 g telített zsír 2,6 g	energia 263 kcal szénhidr.39 g fehérje 9,6 g cukor 15,1 g zsír 6,8 g só 1,1 g telített zsír 1 g	energia 252 kcal szénhidr.37,9 g fehérje 7,4 g cukor 14,6 g zsír 6,8 g só 1,3 g telített zsír 0,5 g	energia 321 kcal szénhidr.62 g fehérje 4,1 g cukor 22,5 g zsír 6 g só 0,4 g telített zsír 1,1 g	energia 244 kcal szénhidr.34,1 g fehérje 9,8 g cukor 6,5 g zsír 6,3 g só 1,5 g telített zsír 2,1 g
Ebéd	Zöldséges burgonyaleves Sertéspörkölt Főtt jázmin rizs Ecetes paradicsomsaláta Alma	Pulykaraguleves Káposztás kocka Banán	Paradicsomleves Rakott zöldségek növényi sajttal (7)*	Almaleves (12) Grillezett csirkemell Párolt zöldséges quinoa	Frankfurti leves Meggyes rizstejbekeles
	energia 594 kcal szénhidr.77 g fehérje 24,6 g cukor 6,8 g zsír 18,2 g só 0,1 g telített zsír 5,6 g	energia 599 kcal szénhidr.88,1 g fehérje 20,3 g cukor 19,6 g zsír 16,1 g só 0,2 g telített zsír 1,6 g	energia 551 kcal szénhidr.57 g fehérje 22 g cukor 17,1 g zsír 24,5 g só 1 g telített zsír 4 g	energia 497 kcal szénhidr.65 g fehérje 26,5 g cukor 32,6 g zsír 13,2 g só 1 g telített zsír 1,2 g	energia 591 kcal szénhidr.97,5 g fehérje 13,4 g cukor 30,4 g zsír 15,2 g só 1,1 g telített zsír 4,3 g
Uzsonna	Tejmentes csokoládés puding (6) Állatfigurás háztartási keksz (1,3,5,6,7,8,12)	Gyümölcsös szójajoghurt (6) Kölesgolyó (5)	Vanília szójapuding (6) Háztartási keksz (1,3,5,6,7,8,12) Körte	Tejmentes tojáskrém (1,3,6,7,9,10,12) Teljes kiőrlésű zsemle (1,3,5,6,7,8,11,12) Zöldpaprika	Növényi sajt (vegajó) (7)* Minimargarin Zsemle (1,3,5,6,7,8,11,12) Paradicsom
	energia 242 kcal szénhidr.39,9 g fehérje 6,6 g cukor 20,9 g zsír 5,5 g só 0,4 g telített zsír 1,8 g	energia 219 kcal szénhidr.34,4 g fehérje 9 g cukor 12,7 g zsír 4,4 g só 0,4 g telített zsír 0,7 g	energia 209 kcal szénhidr.35,5 g fehérje 5,9 g cukor 18,9 g zsír 4,3 g só 0,4 g telített zsír 1,2 g	energia 267 kcal szénhidr.35,3 g fehérje 10,7 g cukor 9,3 g zsír 8,7 g só 0,8 g telített zsír 4,9 g	energia 269 kcal szénhidr.36,1 g fehérje 5 g cukor 0,9 g zsír 10,9 g só 1,1 g telített zsír 1,1 g

Allergének: 1-glutén, 2-rák, 3-tojások, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szójabab, 7-tej, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kén-dioxid, 13-csillagfűrt, 14-puhatestűek

Tájékoztatás: Az étlapon szereplő ételek **nem tartalmaznak tejet, tejterméket!** A pékáruinkat, egyes növényi tejhelyettesítő készítményeket, a halrudacsát, a kekszeket és az egyes fűszereket olyan üzemben gyártják, amelyben tejet is felhasználnak, ezért került feltüntetésre az étlapon, mint lehetséges allergén (7). Jelen étlap kizárólag azon tejfehérje allergiások számára készült, akik fogyaszthatnak olyan élelmiszereket, amelyek tejet is felhasználó üzemben készülnek. **Étlapunk olyan tojásallergiás gyermekek részére készült, akik fogyaszthatnak baromfi húst.** (7)* jelölés kizárólag a nyomokban előforduló allergénre vonatkozik. A felhasznált termék: Fino Vegajó Trappista és/vagy Fino Vegaföl, mely termékek összetevőjükben nem tartalmaznak tejet.

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Jóváhagyta: Dr. Szedlák Miklós György, mb. Intézményvezető

Jóváhagyta: Csesznok Nikolett, Élelmezésvezető – dietetikus