

Diétás óvodás/ tejfehérje allergia

Étlap

2021. december 6 - 2021. december 10

Étkezés	2021.12.06 Hétfő	2021.12.07 Kedd	2021.12.08 Szerda	2021.12.09 Csütörtök	2021.12.10 Péntek
Tízórai	teljes kiőrlésű kenyér ₁ , Margarinkrém petrezselymes diétás, Zöldáru paprika, Citromos tea	Zsemle ₁ , Zöldáru retek, Zala felvágott ₆ , Tea	teljes kiőrlésű kenyér ₁ , Margarin diétás, Tea - gyümölcs	korpás zsemle ₁ , Tonhalkrém margarinnal, Zöldáru paradicsom	teljes kiőrlésű kenyér ₁ , Zöldáru kigyóuborka, Tea- csipkebogyó
Ebéd	Brokkoli leves, Alma, Bolognai spagetti süritett paradicsommal	Hamis húsleves _{1,3,8} , Zöldbabfőzelék diétás ₁ , Fasírt (sertés) _{1,3} , Kenyér 3 dkg ₁ , Szilvabefőtt	Zöldség erőleves finommetélttel _{1,3} , Burgonyafőzelék diétás ₁ , Natúr csirkemell-diétás ₁ , Kenyér ₁	Zöldborsóleves ₁ , Párolt bulgur ₁ , Natur csirkemell csíkok	Lebbencsleves ₁ , Kinai édes savanyú csirkemell, Párolt rizs, Őszibarack Kompót
Uzsonna	teljes kiőrlésű kenyér sonka _{1,6} , Zöldáru lila hagyma	Kifli ₁	Fokhagymás kifli	Banán	Alma, müzliszelet _{1,5}
Energia:	945,49kcal	985,24kcal	950,03kcal	838,48kcal	931,95kcal
Zsír:	30,36g	38,52g	26,41g	22,23g	11,82g
Telített zsírsav:	1,64g	3,75g	4,43g	3,42g	1,05g
Fehérje:	38,25g	33,07g	41,29g	38,77g	27,78g
Szénhidrát:	121,27g	120,79g	131,43g	117,07g	152,66g
Hozzáadott cukor:	6,99g	16,42g	5,00g	g	21,98g
Só:	2,46g	2,52g	2,10g	1,43g	1,19g
Ca:	181,17mg	91,71mg	55,12mg	75,51mg	61,92mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1. Glutént tartalmazó gabona | 8. Diófélék |
| 2. Rákfélék és azokból készült termékek | 9. Zeller és abból készült termékek |
| 3. Tojás és abból készült termékek | 10. Mustár és abból készült termékek |
| 4. Halak és azokból készült termékek | 11. Szezám és abból készült termékek |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 12. Kén-dioxid |
| 6. Szójabab és abból készült termékek | 13. Puhatestűek |
| 7. Tej és abból készült termékek | 14. Csillagfürt |