

Heti étlap: 2023.10.02. - 2023.10.07. a-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

Gárdonyi Óvoda, 2484 Gárdonyi, Agárd, Iskola u.2.

	2023.10.02. hétfő	2023.10.03. kedd	2023.10.04. szerda	2023.10.05. csütörtök	2023.10.06. péntek	2023.10.07. szombat
Tízórai	Gyümölcs tea Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kigyóuborka	Gyümöcslé 100%-os Krémsajt Teljes kiőrlésű zsemle Kápi paprika	Gyümöcs joghurt Kifli	Gyümöcs tea Zöldsége s tavaszi felvágott Margarin Formakenyér	Tej 2,8%-os Lekváros vajas kenyér	
Ebéd	Csirke ragu leves Grízes tészta baracklekvárral Szilva	Húsleves Sóska mártás Főtt hús Főtt burgonya Búza kenyér	Karfiolleves Rántott trappista sajt Rizs Tartármártás	Tojásleves Gyöngybab főzelék Sertéspörkölt Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümöcslé 100%-os Milánói makaróni	
Uzsonna	Tejberizs	Sajtos rúd	Zabrudai Alma	Napraforgómagos roppancs Szilva	Müzli szelet Banán	
Tápérték össz.	En: 4876 kJ /1161 kcal Fehérje: 37,6 gr Szh.: 162,2 gr Cuk:37,9 gr Só:4,8 grZsír:33,8 gr Tzs:1,3 gr Kalc:0 gr	En: 4971 kJ /1184 kcal Fehérje: 50,7 gr Szh.: 186,6 gr Cuk:42,6gr Só:3 grZsír:33 grTzs:0,4 gr Kalc:0 gr	En: 4934 kJ /1175 kcal Fehérje: 28,3 gr Szh.: 255,3 gr Cuk:21,4gr Só:2,3 grZsír:45 grTzs:3 gr Kalc:0 gr	En: 5189 kJ /1235 kcal Fehérje: 48,4 gr Szh.: 185,6 gr Cuk:14,5gr Só:5,1 grZsír:37,9 grTzs:1,4 gr Kalc:0 gr	En: 5082 kJ /1210 kcal Fehérje: 38,9 gr Szh.: 154,4 gr Cuk:42,4gr Só:3 grZsír:25,1 grTzs:0,7 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár, Szezám mag	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár	

A vállalkozás jogát fenntartjuk

Int. vezető:

szakács:

Diétetikus:

Ételmezés vezető:

Heti étlap: 2023.10.09. - 2023.10.14. a-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

Gárdonyi Óvoda, 2484 Gárdonyi, Agárd, Iskola u.2.

2023.10.09. hétfő

2023.10.10. kedd

2023.10.11. szerda

2023.10.12. csütörtök

2023.10.13. péntek

2023.10.14. szombat

Tízórai	Tej 2,8%-os Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek	Gyümölcs tea Májkrém vajjal Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Tejeskávé Vajkrém Formakenyér TV paprika	Gyümölcs tea Trappista sajt Margarin Zsemle Kúgyóuborka	Tej 2,8%-os Fahéjas csiga	
Ebéd	Magyaros burgonyaleves Káposztás tészta	Zsemle kockaleves Lencsefőzelék Sült debreceni Burgonyás kenyér	Tárkonyos sertésraguleves Tejbegríz kakaószórattal Banán	Májgalus kaleves Finomfőzelék Csirke apró pecsenye Teljes kiőrlésű kenyér	Gombaleves Chilis bab Búza kenyér	
Uzsonna	Sajtos háromszög	Mozzarella sajtrúd Kifli	Köményes stangli	Dörmi piskóta szelet	Libazsíros kenyér lilahagymával	
Tápérték össz.	En: 4269 kJ /1017 kcal Fehérje: 37,7 gr Sznh.: 158 gr Cuk:9,8gr Só:4,1 grZsír:30,1 grTzs:2,6 gr Kalc:0 gr	En: 4943 kJ /1177 kcal Fehérje: 41,9 gr Sznh.: 157,3 gr Cuk:13,9gr Só:4,3 grZsír:41,8 grTzs:1,2 gr Kalc:0 gr	En: 4611 kJ /1098 kcal Fehérje: 39,4 gr Sznh.: 168,2 gr Cuk:33,4gr Só:3,9 grZsír:15,9 grTzs:3,6 gr Kalc:0 gr	En: 4577 kJ /1090 kcal Fehérje: 40,4 gr Sznh.: 128,6 gr Cuk:41,2gr Só:4,5 grZsír:37,9 grTzs:3,8 gr Kalc:0 gr	En: 5193 kJ /1236 kcal Fehérje: 53,2 gr Sznh.: 152 gr Cuk:14gr Só:3,2 grZsír:49,5 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	

	2023.10.16. hétfő	2023.10.17. kedd	2023.10.18. szerda	2023.10.19. csütörtök	2023.10.20. péntek	2023.10.21. szombat
Tízórai	Gyümölcs tea Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsémlé Kaliforniai paprika	Gyümölcslé 100%-os Halkrém Formakenyér TV paprika	Tej 2,8%-os Fonott kalács	Gyümölcs tea Medve sajt Szezámmagos zsémlé Paradicsom	Méze s gyümölcs tea Túrókrém füstölt sajittal Formakenyér Kígyóborka	
Ebéd	Karalábé leves Párizsi sajtos halrúd Burgonyapüré	Zöldborsóleves Sült csirkecomb Gyümölcsmártás Pirított dara	Paradicsom leves Rizseshús Csemege uborka Alma	Grízgom bóc leves Kelkáposzta főzelék Fasírt Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldségleves Vadasmártás sertéshússal Tészta köret	
Uzsonna	Sajtos pogácsa	Zöldség püré	Zöldség szelet	Gyümölcs joghurt Piskóta tallér	Teljes kiőrlésű keksz	
Tápérték össz.	En: 4003 kJ /953 kcal Fehérje: 29,6 gr Sznh.: 112,1 gr Cuk:14,7 gr Só:3,1 grZsír:29,1 gr Tzs:6,6 gr Kalc:0 gr	En: 5190 kJ /1236 kcal Fehérje: 47,3 gr Sznh.: 121,5 gr Cuk:71,4gr Só:4,6 grZsír:39,6 gr Tzs:0,4 gr Kalc:0 gr	En: 4774 kJ /1137 kcal Fehérje: 43 gr Sznh.: 332,2 gr Cuk:21,4gr Só:3,2 grZsír:27,8 gr Tzs:0,6 gr Kalc:0 gr	En: 4625 kJ /1101 kcal Fehérje: 42,8 gr Sznh.: 129,9 gr Cuk:39gr Só:3,7 grZsír:29,1 gr Tzs:2,4 gr Kalc:0 gr	En: 4540 kJ /1081 kcal Fehérje: 41,7 gr Sznh.: 122 gr Cuk:20,1gr Só:5 grZsír:40,2 gr Tzs:6,3 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tevék össz.	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár, Szezámmag	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámmag	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	

Heti étlap: 2023.10.23. - 2023.10.28. a-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

Gárdonyi Óvoda, 2484 Gárdonyi, Agárd, Iskola u.2.

2023.10.23. hétfő

2023.10.24. kedd

2023.10.25. szerda

2023.10.26. csütörtök

2023.10.27. péntek

2023.10.28. szombat

Tízórai		Gyümölcs tea Snidlinges májas Sajtos zsemle Kávia paprika	Tej 2,8%-os Mogyorókrémes kenyér	Joghurtital Kifli	Gyümölcs tea Kávia kocka sajt Teljes kiőrlésű kifli Paradicsom	
Ebéd		Tarhonyaleves Zöldborsófőzelék Dínó Teljes kiőrlésű kenyér	Zellerkrémleves Borsos pulykatokány Bulgur	Lebbencsleves Paradicsommártás húsgombóccal Főtt burgonya Búza kenyér	Csontleves tésztaval Gombapaprikás Főtt tészta	
Uzsonna		Pizzás kifli	Perec Alma	Graham keksz Banán	Krémtúró	
Tápérték össz.		En: 4252 kJ /1012 kcal Fehérje: 38,2 gr Sznh.: 149,6 gr Cuk:28,3gr Só:3,6 grZsír:37,2 grTzs:6,8 gr Kalc:0 gr	En: 4373 kJ /1041 kcal Fehérje: 40,5 gr Sznh.: 311,6 gr Cuk:2,1gr Só:3,7 grZsír:29,9 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5223 kJ /1244 kcal Fehérje: 48,4 gr Sznh.: 198,9 gr Cuk:30,4gr Só:3,9 grZsír:20,2 grTzs:1,2 gr Kalc:0 gr	En: 4269 kJ /1016 kcal Fehérje: 45,5 gr Sznh.: 126,5 gr Cuk:13,6gr Só:3,8 grZsír:49,6 grTzs:3,2 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tevéők össz.		Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	