

Heti étlap: 2024.02.05. - 2024.02.10. a-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

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

	2024.02.05. hétfő	2024.02.06. kedd	2024.02.07. szerda	2024.02.08. csütörtök	2024.02.09. péntek	2024.02.10. szombat
Tízórai	Gyümölcsstea Paprikás szalámi Margarin Magvas zsemle Kigyóuborka	Joghurtital Vajas kifli	Tej 2,8%-os Mogyorókrémes kenyér	Gyümölcsstea Lazac pástétom Teljes kiőrlésű kenyér Kaliforniai paprika	Kakaó Sajtos párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek	
Ebéd	Tárkonyos sertésraguleves Diós tészta Mandarin	Grízgombóc leves Finomfőzelék Fokhagymás húscsók Teljes kiőrlésű kenyér	Tojásleves Bakonyi sertésragu Főtt tészta	Babgulyás Tejbegríz kakaószóráttal Búza kenyér	Gyümölcs leves Rántott pulykamell Zöldséges bulgur	
Uzsonna	Krémtúró	Müzli szelet Alma	Sajtos pogácsa Mandarin	Medve sajt Kifli	Napraforgómagos roppancs	
Tápérték össz.	En: 4954 kj /1 180 kc Fehérje: 41,5 gr Szh.: 136,2 gr Cuk:23gr Só:3,3 grZsír:33,6 grTzs:3,5 gr Kalc:0 gr	En: 4343 kj /1034 kc Fehérje: 36,4 gr Szh.: 266,9 gr Cuk:31,9gr Só:3,6 grZsír:27,4 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5671 kj /1350 kc Fehérje: 49,5 gr Szh.: 163,8 gr Cuk:2,3gr Só:5,1 grZsír:40,7 grTzs:5 gr Kalc:0 gr	En: 4990 kj /1188 kc Fehérje: 44,6 gr Szh.: 187,5 gr Cuk:27gr Só:3,9 grZsír:18,3 grTzs:0,7 gr Kalc:0 gr	En: 4534 kj /1080 kc Fehérje: 32,6 gr Szh.: 140,8 gr Cuk:23,5gr Só:4,2 grZsír:35,2 grTzs:3,4 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tevők össz.	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár, Szezám	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Dió, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	

Heti étlap: 2024.02.12. - 2024.02.17. a-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

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

	2024.02.12. hétfő	2024.02.13. kedd	2024.02.14. szerda	2024.02.15. csütörtök	2024.02.16. péntek	2024.02.17. szombat
Tízórai	Gyümölcsstea Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Mézes gyümölcsstea Csirkemell sonka Margarin Zsemle TV paprika	Gyümölcs joghurt Kifli	Tej 2,8%-os Kakaós csiga	Tejeskávé Snidlinges mája s Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	
Ebéd	Lebbencsleves Mákos nudli Alma	Tarhonya leves Zöldborsófőzelék Dinó Teljes kiőrlésű kenyér	Gombaleves Bácskai rizseshús Céklasaláta	Gyümölcslé 100%-os Paprikás burgonya virslivel Csemege uborka Búza kenyér	Fejtettbaleves Carbonara spagetti	
Uzsonna	Puding	Pizzás csiga	Sajtos rúd Mandarin	Teljes kiőrlésű keksz Alma	Zöldség szelet	
Tápérték össz.	En: 4632 kj /1 103 kc Fehérje: 26,1 gr Szh.: 329,5 gr Cuk:28,5gr Só:3,8 grZsír:34,4 grTzs:5 gr Kalc:0 gr	En: 4280 kj /1019 kc Fehérje: 40,6 gr Szh.: 151,9 gr Cuk:22,6gr Só:4,2 grZsír:37,6 grTzs:7,7 gr Kalc:0 gr	En: 4904 kj /1168 kc Fehérje: 46,1 gr Szh.: 168 gr Cuk:34,2gr Só:3,5 grZsír:35,2 grTzs:3,6 gr Kalc:0 gr	En: 5437 kj /1294 kc Fehérje: 39,7 gr Szh.: 301,6 gr Cuk:45gr Só:2,4 grZsír:35,3 grTzs:10 gr Kalc:0 gr	En: 4814 kj /1146 kc Fehérje: 40,4 gr Szh.: 133,8 gr Cuk:15,1gr Só:5,3 grZsír:30 grTzs:3,4 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tevők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár, Szezám mag	

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Ételmezésvezető:

Heti étlap: 2024.02.19. - 2024.02.24. a-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

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

	2024.02.19. hétfő	2024.02.20. kedd	2024.02.21. szerda	2024.02.22. csütörtök	2024.02.23. péntek	2024.02.24. szombat
Tízórai	Gyümölcsstea Trappista sajt Margarin Komspitz rúd Kaliforniai paprika	Gyümölcsstea Zöldséges tavaszi felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Tej 2,8%-os Túrósbatyu	Karamellás tej Medve sajt Kifli Retek	Gyümölcs slé 100%-os Lekváros vajás kenyér	
Ebéd	Csirkeragu leves Grízes tészta baracklekvárral Narancs	Májgaluskaleves Sárgaborsó főzelék Sült debreceni Búza kenyér	HagymakréMLEVES Rántott camembert áfonyamártással Rizs	Zsemlecockaleves Kelkáposzta főzelék Pulyka pörkölt Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldborsóleves Csemege karaj Majonézes burgonya	
Uzsonna	Tepertős pogácsa	Tejberizs	Köményes stangli Mandarin	Perec	Túró Rudi Alma	
Tápérték össz.	En: 5481 kJ / 1305 kcal Fehérje: 40,1 gr Szh.: 141,4 gr Cuk: 28,2gr Só: 4,4 grZsír: 33,7 grTzs: 0,4 gr Kalc: 0 gr	En: 4563 kJ / 1087 kcal Fehérje: 36,6 gr Szh.: 144,5 gr Cuk: 23,9gr Só: 3,1 grZsír: 39,1 grTzs: 2,4 gr Kalc: 0 gr	En: 5491 kJ / 1307 kcal Fehérje: 34 gr Szh.: 154,3 gr Cuk: 24,7gr Só: 3,8 grZsír: 37,3 grTzs: 7,6 gr Kalc: 0 gr	En: 4262 kJ / 1015 kcal Fehérje: 46,6 gr Szh.: 141,4 gr Cuk: 7gr Só: 3,3 grZsír: 26,9 grTzs: 0 gr Kalc: 0 gr	En: 5389 kJ / 1283 kcal Fehérje: 42,3 gr Szh.: 253,1 gr Cuk: 41,5gr Só: 3,9 grZsír: 57,9 grTzs: 0,2 gr Kalc: 0 gr	
Allergén össze- tevők össz.	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	

Heti étlap: 2024.02.26. - 2024.03.02. a-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

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

2024.02.26. hétfő

2024.02.27. kedd

2024.02.28. szerda

2024.02.29. csütörtök

2024.03.01. péntek

2024.03.02. szombat

Tízórai	Gyümölcsstea Kópé felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika	Tej 2,8%-os Krémsajt Fomakenyér Kígyóuborka	Kakaó Fonott kalács	Mézes gyümölcs stea Májkrém vajjal Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Gyümölcs stea Sertés párizsi Margarin Korpás zsemle TV paprika	
Ebéd	Burgonyaleves Spenótos tejszínes penne tészta Banán	Zöldségleves Zöldbabfőzelék Fasírt Teljes kiőrlésű kenyér	Paradicsomleves Pírtott máj Petrezselymes burgonya Csemege uborka	Karfiolleves Sült csirkecomb Gyümölcs mártás Pírtott dara	Gyümölcslé 100%-os Harcspaprikás Főtt tészta	
Uzsonna	Zab szelet	Krumplis pogácsa	Zabkeksz Alma	Sajtos háromszög	Tejszelet	
Tápérték össz.	En: 5088 kJ /1211 kcal Fehérje: 35,1 gr Szh.: 188,3 gr Cuk:14,4gr Só:3,7 grZsír:38,9 grTzs:0,6 gr Kalc:0 gr	En: 4849 kJ /1154 kcal Fehérje: 47,4 gr Szh.: 159,7 gr Cuk:1,8gr Só:4,5 grZsír:37,8 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5349 kJ /1274 kcal Fehérje: 45,6 gr Szh.: 330,7 gr Cuk:40,7gr Só:4,3 grZsír:35,9 grTzs:1,5 gr Kalc:0 gr	En: 4756 kJ /1132 kcal Fehérje: 47,2 gr Szh.: 148,2 gr Cuk:37gr Só:4,6 grZsír:41 grTzs:2,4 gr Kalc:0 gr	En: 4623 kJ /1101 kcal Fehérje: 33,1 gr Szh.: 102 gr Cuk:43,6gr Só:4,3 grZsír:40,5 grTzs:5,1 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Hal, Tej	

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int. vezető:

szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: