

Étlap

normál

2026.04.06. - 2026.04.12.



Nyomtatás: 2026.04.01. 5:15
Nyomtatta: Széki-Borsos Kinga

Cinkotai Huncutka Óvoda (Vágás u. 54.)

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

04.06

Kedd

04.07

Szerda

04.08

Gyümölcs tea
Kenőmájas
Kenyér félbarna szeletelt

Eresztett tojás leves
Bácskai rizseshús
Vitamin saláta
édesítőszerrel
Alma

Diákcsemege
Delma margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Pritamin paprika

Csütörtök

04.09

Citromos tea
Tejfölös túrókrém
Zsemle, vizes Paning Kft.
Paradicsom

Magyaros burgonyaleves
Főtt tojás
Zöldborsó főzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Olasz
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt

Péntek

04.10

Tej
Virágméz
Delma margarin
Teljes kiőrlésű kenyér

Fokhagymakrémleves
Pirított napraforgómag
Mexikói csirke tokány
Bulgur

Kockasajt
Kifli
Kígyóuborka



JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

Az étlap esetleges változásáért elnézésüket kérjük!

Készült a VITÁL ERP 10 rendszerrel. Copyright © NYÁRÁDI Pénzügyi Tanácsadó Kft. (info@nyaradi.hu)

	Hétfő 04.06	Kedd 04.07	Szerda 04.08	Csütörtök 04.09	Péntek 04.10
fitórai			Gyümölcs tea (12)	Citromos tea (1;12) EN:134,57 kJ; 32,21 kcal; FH:0,15 g; SZH:7,41 g; ZS:0,04 g; SÓ:0,00 mg; CK:7,10 g.	Tej (7) EN:1372,00 kJ; 88,00 kcal; FH:6,00 g; SZH:9,40 g; ZS:3,00 g; Tzs:2,00 g; SÓ:0,27 mg; CK:9,40 g.
			Kenőmájás (9;10)	Tejfőlés túrókrém (1;3;6;7;9;10) EN:158,42 kJ; 37,84 kcal; FH:2,32 g; SZH:0,86 g; ZS:2,74 g; Tzs:1,55 g; SÓ:0,26 mg; CK:0,59 g.	Virágmező EN:136,75 kJ; 32,72 kcal; FH:0,04 g; SZH:1,10 g; SÓ:0,00 mg; CK:8,10 g.
			Kenyér félbarna szeleteit (1;6)	Zsemle, vizes Panning Kft. (1) EN:570,99 kJ; 136,60 kcal; FH:4,70 g; SZH:28,50 g; ZS:0,35 g; Tzs:0,13 g; SÓ:0,79 mg; CK:0,25 g.	Delma margarin (7) EN:135,66 kJ; 32,46 kcal; FH:0,16 g; SZH:0,04 g; ZS:3,50 g; Tzs:0,95 g; SÓ:0,10 mg.
ebéd			Eresztett tojás leves (1;3;10;12)	Paradicsom EN:15,00 kJ; 3,60 kcal; FH:0,18 g; SZH:0,26 g; ZS:0,04 g; Tzs:0,00 g; SÓ:0,00 mg; CK:0,24 g.	Teljes kiőrlésű kenyér (1) EN:538,02 kJ; 128,70 kcal; FH:5,05 g; SZH:24,95 g; ZS:0,90 g; Tzs:0,15 g; SÓ:0,58 mg.
			Bácskai rizseshús (1;3;6;7;9;10;12)	Magyaros burgonyaleves (1;3;9;12) EN:469,84 kJ; 112,71 kcal; FH:3,03 g; SZH:19,11 g; ZS:2,55 g; Tzs:0,36 g; SÓ:0,51 mg; CK:0,69 g.	Fokhagymakrémleves (1;6;7;10;12) EN:318,90 kJ; 76,59 kcal; FH:1,49 g; SZH:7,40 g; ZS:4,53 g; Tzs:1,47 g; SÓ:0,50 mg; CK:0,60 g.
			Vitamin saláta édesítőszerrel (9;10;12)	Főtt tojás (3) EN:414,29 kJ; 99,11 kcal; FH:8,10 g; SZH:0,36 g; ZS:7,20 g; Tzs:1,87 g; SÓ:0,22 mg.	Pirított napraforgómag (8;11;12) EN:243,67 kJ; 58,29 kcal; FH:2,25 g; SZH:1,23 g; ZS:4,90 g; Tzs:0,52 g; SÓ:0,00 mg; CK:0,27 g.
			Alma	Zöldborsó főzelék (1;7;10;12)	Mexikói csirke tokány (1;9;12) EN:540,84 kJ; 129,93 kcal; FH:12,13 g; SZH:7,07 g; ZS:5,81 g; Tzs:1,02 g; SÓ:0,66 mg; CK:1,82 g.
uzsonna			Diákcsemege (6)	Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Bulgur (1;12) EN:1008,25 kJ; 241,80 kcal; FH:7,38 g; SZH:45,60 g; ZS:0,90 g; Tzs:0,15 g; SÓ:0,58 mg.
			Delma margarin (7)	Olasz (6;7;9;10)	Kockasajt (7) EN:185,85 kJ; 44,45 kcal; FH:2,21 g; SZH:0,77 g; ZS:3,59 g; Tzs:2,36 g; SÓ:0,04 mg; CK:0,77 g.
			Tejles kiőrlésű kenyér (1)	Delma margarin (7)	Kifli (1;6;7) EN:570,99 kJ; 136,60 kcal; FH:4,70 g; SZH:28,50 g; ZS:0,35 g; Tzs:0,13 g; SÓ:0,79 mg.
			Pritamin paprika	Kenyér félbarna szeletelt (1;6)	Kigyóborka (12) EN:540,54 kJ; 129,31 kcal; FH:4,90 g; SZH:26,15 g; ZS:0,50 g; Tzs:0,15 g; SÓ:1,00 mg; CK:0,10 g.

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kJ/adag); (energia: kcal/adag); FH(fehérje: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); ZS(zsír: g/adag); Tzs(telített zsírsav: g/adag); SÓ(nátrium: mg/adag); CK(cukor: g/adag). Allergének: 1-Glütén; 2-Rakéték; 3-Tojás; 4-Halal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej; laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csillagfürt; 14-Puhatestűek.