

2022. május 16. – 20.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej (7) Vajkrém (7) Teljesörleésű graham zsemle (1) Paradisom	Vanília tej (7) Körözött (7) Kenyér (1) Zöldpaprika	Tej (7) Tojásprésletom (3,10) Rozsos zsemle (1) Pritamin paprika	Tej (7) Házi húsprésletom (3,10) Teljes kiőrlésű graham kenyér (1) Paradisom	Kakao (7) Pulyka sonka (1,6,7) Margarin Kifli (1,6,7)
Ebéd	Karfiollevés (1,7) Bakonyi sertéscikány (1,7) Bulgur (1)	Zöldfélélevés (1,3,9) Fasírt (1,3) Lencsefőzelék (1,7,10)	Zeller krémlevés levesgyönggyel (1,3,5,7,8,9,11) Rácós halfilé (1,4,7) Kovácsos uborka (1)	Zöldbablevés (1,7) Sertés rizottó Csemege uborka (12)	Hüsgombóc leves (3,9) Túrós lézsa (1,7) Alma
Uzsonna	Turista szalámi (1,6,7) Margarin Kenyér (1)	Zala felvágott (6) Margarin Teljes örlésű graham kifli (1,6,7)	Kocka sajt (7) Teljes örlésű graham kifli (1,6,7)	Puding (7) Zabkeksz (1,3,5,6,7,8)	Szezámmagos sajtkrém (7,11) Teljes örlésű graham kenyér (1) Retek
	<p>Energia 1531 kcal Szénhidr 29,4 g</p> <p>Fehéjfe 5,6 g Cukor 0 g</p> <p>Zsír 4,3 g Szó 0,4 g</p> <p>Na/Cl 227,0 g</p>	<p>Energia 2511 kcal Szénhidr 45,1 g</p> <p>Fehéjfe 14 g Cukor 6,4 g</p> <p>Zsír 5,5 g Szó 1 g</p> <p>Na/Cl 227,0 g</p>	<p>Energia 2531 kcal Szénhidr 22,7 g</p> <p>Fehéjfe 16,7 g Cukor 0 g</p> <p>Zsír 9,1 g Szó 0,5 g</p> <p>Na/Cl 227,0 g</p>	<p>Energia 2451 kcal Szénhidr 31 g</p> <p>Fehéjfe 14,7 g Cukor 0 g</p> <p>Zsír 6,4 g Szó 0,5 g</p> <p>Na/Cl 227,1,7 g</p>	<p>Energia 3351 kcal Szénhidr 42,9 g</p> <p>Fehéjfe 11,5 g Cukor 3,7 g</p> <p>Zsír 7,4 g Szó 0,5 g</p> <p>Na/Cl 227,0 g</p>
	<p>Energia 5561 kcal Szénhidr 91,1 g</p> <p>Fehéjfe 25,4 g Cukor 0 g</p> <p>Zsír 9,6 g Szó 0,3 g</p> <p>Na/Cl 227,3,4 g</p>	<p>Energia 5191 kcal Szénhidr 64,7 g</p> <p>Fehéjfe 35,1 g Cukor 0,1 g</p> <p>Zsír 11,5 g Szó 0,3 g</p> <p>Na/Cl 227,3,5 g</p>	<p>Energia 4531 kcal Szénhidr 62,1 g</p> <p>Fehéjfe 24,6 g Cukor 0,4 g</p> <p>Zsír 13,1 g Szó 0,8 g</p> <p>Na/Cl 227,0,3 g</p>	<p>Energia 5231 kcal Szénhidr 77,2 g</p> <p>Fehéjfe 23,5 g Cukor 1,5 g</p> <p>Zsír 12,2 g Szó 0,6 g</p> <p>Na/Cl 227,0,7 g</p>	<p>Energia 4531 kcal Szénhidr 64,5 g</p> <p>Fehéjfe 22,5 g Cukor 1 g</p> <p>Zsír 12,5 g Szó 0,3 g</p> <p>Na/Cl 227,2,7 g</p>
	<p>Energia 1531 kcal Szénhidr 29,3 g</p> <p>Fehéjfe 5,4 g Cukor 0 g</p> <p>Zsír 5,5 g Szó 1,1 g</p> <p>Na/Cl 227,0,2 g</p>	<p>Energia 1531 kcal Szénhidr 17,0 g</p> <p>Fehéjfe 6,1 g Cukor 0,1 g</p> <p>Zsír 7,7 g Szó 0,3 g</p> <p>Na/Cl 227,0,1 g</p>	<p>Energia 1531 kcal Szénhidr 17,4 g</p> <p>Fehéjfe 7,2 g Cukor 0,1 g</p> <p>Zsír 7,4 g Szó 0,5 g</p> <p>Na/Cl 227,0,9 g</p>	<p>Energia 2701 kcal Szénhidr 39,2 g</p> <p>Fehéjfe 6,3 g Cukor 35,3 g</p> <p>Zsír 10,4 g Szó 0,5 g</p> <p>Na/Cl 227,0,9 g</p>	<p>Energia 1451 kcal Szénhidr 23,4 g</p> <p>Fehéjfe 5,3 g Cukor 0,5 g</p> <p>Zsír 2,2 g Szó 0,6 g</p> <p>Na/Cl 227,0,9 g</p>

Allergének: 1-glutén, 2-nák, 3-tojások, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szójából, 7-tej, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezámmag, 12-két-dióid, 13-csillagfűrt, 14-puhatestűek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



2022. május 16 – 20.

INNOVEN
Menza

<u>ÓVODA</u> <u>GLUTÉNMENTES</u>	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Chromos tea Párizsi diétás Margarin Gluténmentes kenyér Paradicsom</p> <p>energia 224 kcal szénhidr 26,4 g fehérje 4,4 g cukor 5,5 g zsír 10,4 g só 1 g létsó 237,0 g</p>	<p>Chromos tea Hamis körözött (kölessel) Gluténmentes kenyér Zöldpaprika</p> <p>energia 234 kcal szénhidr 42,3 g fehérje 4,7 g cukor 6,4 g zsír 4,9 g só 0,5 g létsó 237,0 g</p>	<p>Chromos tea Kenőmájás diétás Gluténmentes kenyér Prlamin paprika</p> <p>energia 214 kcal szénhidr 25,9 g fehérje 5,6 g cukor 5,4 g zsír 6,7 g só 0,4 g létsó 237,0 g</p>	<p>Chromos tea Házi húspástétom Gluténmentes kenyér Paradicsom</p> <p>energia 191 kcal szénhidr 26,2 g fehérje 5,5 g cukor 5,4 g zsír 5,8 g só 0,5 g létsó 237,1 g</p>	<p>Chromos tea Diétás felvágott Margarin Gluténmentes kenyér</p> <p>energia 195 kcal szénhidr 23,3 g fehérje 6,7 g cukor 6,4 g zsír 5,5 g só 0,7 g létsó 237,0 g</p>
Ebéd	<p>Kartoflleves (7) Bakonyi sertéstkölyány (7) Köles</p> <p>energia 530 kcal szénhidr 54,3 g fehérje 22,6 g cukor 0 g zsír 18,9 g só 0,3 g létsó 237,4 g</p>	<p>Zöldszegletes (9) Fasírt (3) Lencsefőzelék (10)</p> <p>energia 567 kcal szénhidr 51,9 g fehérje 20 g cukor 1 g zsír 14,4 g só 0,7 g létsó 237,4 g</p>	<p>Zeller krémleves (7,9) Rácos sertésszelet (7) Céklasaláta</p> <p>energia 615 kcal szénhidr 63 g fehérje 20 g cukor 5 g zsír 23 g só 1 g létsó 237,5 g</p>	<p>Zöldbableves (7) Sertés rizotto Csemege uborka (12)</p> <p>energia 545 kcal szénhidr 84,5 g fehérje 19,9 g cukor 1,5 g zsír 12,8 g só 0,7 g létsó 237,5 g</p>	<p>Husokleves (9) Grízes tészta Gyümölcsvelő Alma</p> <p>energia 628 kcal szénhidr 92,6 g fehérje 15,3 g cukor 13 g zsír 15,5 g só 0,3 g létsó 237,3 g</p>
Uzsonna	<p>Száraz szalami diétás Margarin Gluténmentes kenyér</p> <p>energia 254 kcal szénhidr 20 g fehérje 4,7 g cukor 1,4 g zsír 10,7 g só 0,5 g létsó 237,0 g</p>	<p>Diétás felvágott Margarin Gluténmentes kenyér</p> <p>energia 183 kcal szénhidr 20,1 g fehérje 6,9 g cukor 1,4 g zsír 7,2 g só 0,8 g létsó 237,0 g</p>	<p>Méz Margarin Gluténmentes kenyér</p> <p>energia 175 kcal szénhidr 23,1 g fehérje 2,2 g cukor 5,5 g zsír 5,1 g só 0,5 g létsó 237,0 g</p>	<p>Lekvár Margarin Gluténmentes kenyér</p> <p>energia 167 kcal szénhidr 25,1 g fehérje 2,2 g cukor 7,4 g zsír 5,2 g só 0,5 g létsó 237,0 g</p>	<p>Párizsi diétás Margarin Gluténmentes kenyér Relék</p> <p>energia 152 kcal szénhidr 20,9 g fehérje 4,4 g cukor 1,5 g zsír 9,3 g só 0,9 g létsó 237,0 g</p>

Az ételapályoztatás jogát fenntartjuk!

Allergének: 1-glutén, 2-trák, 3-tojások, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szójában, 7-tej, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szerezámmag, 12-kén-dioxid, 13-szilagó, 14-puhatestűek


Kft. 1123 Budapest,
Közvetlen Btárság
Cg: 1309-08809

2022. május 16 – 20.

INNOVEN
Ménza

<p>ÓVODA TEL. TOLÁSI, SZÓJAMENTES</p>	<p>Hétfő</p>	<p>Kedd</p>	<p>Szerda</p>	<p>Csütörtök</p>	<p>Péntek</p>
<p>Tízórai</p>	<p>Citromos tea Párizsi diétás Margarin Kenyér (1) Paradicsom</p>	<p>Citromos tea Hamis körorzött (kölessel) Kenyér (1) Zöldpaprika</p>	<p>Citromos tea Kenőmájás diétás Kenyér (1) Práminn paprika</p>	<p>Citromos tea Házi húspástétom Kenyér (1) Paradicsom</p>	<p>Citromos tea Diétás felvágott Margarin Kenyér (1)</p>
<p>Ébéd</p>	<p>Karfiollevés (1) Bakonyi sertéstopjánny (1) Köles</p>	<p>Zöldégleves (9) Fasírt (1) Lencsefőzelék (1)</p>	<p>Zeller krumplaves pirított kenyérkockával (1,9) Rácos sertészelet Céklasaláta</p>	<p>Zöldbablevés (1) Sertés rizottó (1) Csemegye uborka (1,2)</p>	<p>Húskockaleves (1,9) Gríz tészta Gyümölcsreleő Alma</p>
<p>Uzsonna</p>	<p>Száraz szalámi diétás Margarin Kenyér (1)</p>	<p>Diétás felvágott Margarin Kenyér (1)</p>	<p>Méz Margarin Kenyér (1)</p>	<p>Lekvár Margarin Kenyér (1)</p>	<p>Párizsi diétás Margarin Kenyér (1) Retek</p>

Az étlapnyílóztatás jogát fenntartjuk!

Allergének: 1-glutén, 2-ral, 3-tojások, 4-hal, 5-földmogyoró, 6-szójában, 7-tej, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szerámmag, 12-kén-dioxid, 13-szilárdítószer, 14-nyálkásítószer



2022. május 16 – 20.

INNOVEN
Menza

ÓVODA TEJ, TOJÁSMENTES	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Citromos tea Párizsi diétás Margarin Kenyér (1) Paradicsom</p> <p>energia 171 kcal fehérje 4,7 g zsír 5,5 g szénhidrát 0 g</p> <p>szárazanyag 24,5 g cukor 5,1 g szóda 1,1 g</p>	<p>Citromos tea Hamis közzött (költesel) Kenyér (1) Zöldpaprika</p> <p>energia 195 kcal fehérje 5 g zsír 2,1 g szénhidrát 0,2 g</p> <p>szárazanyag 39,7 g cukor 5 g szóda 0,7 g</p>	<p>Citromos tea Kenőmájás diétás Kenyér (1) Pitavann paprika</p> <p>energia 175 kcal fehérje 6 g zsír 5,5 g szénhidrát 0 g</p> <p>szárazanyag 24,3 g cukor 5 g szóda 0,6 g</p>	<p>Citromos tea Házi háspástétom Kenyér (1) Paradicsom</p> <p>energia 143 kcal fehérje 6,6 g zsír 2,5 g szénhidrát 1,7 g</p> <p>szárazanyag 21,5 g cukor 5 g szóda 0,6 g</p>	<p>Citromos tea Diétás felvágott Margarin Kenyér (1)</p> <p>energia 138 kcal fehérje 6,7 g zsír 2,7 g szénhidrát 0 g</p> <p>szárazanyag 21,1 g cukor 5 g szóda 0,6 g</p>
Ebéd	<p>Karfiollevés (1) Bakonyi sertésköfány (1) Köles</p> <p>energia 551 kcal fehérje 24,8 g zsír 15,5 g szénhidrát 5,7 g</p> <p>szárazanyag 82,2 g cukor 0 g szóda 0,2 g</p>	<p>Zöldszárgaleves (9) Fasírt (1) Lencsefőzelék (1)</p> <p>energia 555 kcal fehérje 31 g zsír 16,2 g szénhidrát 5,3 g</p> <p>szárazanyag 76,7 g cukor 1 g szóda 0,3 g</p>	<p>Zeller krémleves pirított kenyérkockával (1,9) Ráncos sertésszelet Céklasaláta</p> <p>energia 545 kcal fehérje 24,7 g zsír 16,5 g szénhidrát 5,2 g</p> <p>szárazanyag 84,2 g cukor 5 g szóda 0,5 g</p>	<p>Zöldbablevés (1) Sertés rizottó (1) Csemege uborka (1,2)</p> <p>energia 653 kcal fehérje 26 g zsír 17,9 g szénhidrát 4,3 g</p> <p>szárazanyag 104,1 g cukor 1,5 g szóda 0,6 g</p>	<p>Húsokleves (1,9) Grízes tészta Gyümölcsrelé Alma</p> <p>energia 653 kcal fehérje 47,9 g zsír 13,7 g szénhidrát 3,9 g</p> <p>szárazanyag 104,4 g cukor 1,9 g szóda 0,2 g</p>
Uzsonna	<p>Száraz szalámi diétás Margarin Kenyér (1)</p> <p>energia 150 kcal fehérje 5 g zsír 6,9 g szénhidrát 0,2 g</p> <p>szárazanyag 18,4 g cukor 0 g szóda 0,7 g</p>	<p>Diétás felvágott Margarin Kenyér (1)</p> <p>energia 154 kcal fehérje 5,3 g zsír 4,4 g szénhidrát 0 g</p> <p>szárazanyag 18,9 g cukor 0 g szóda 1 g</p>	<p>Méz Margarin Kenyér (1)</p> <p>energia 159 kcal fehérje 2,6 g zsír 2,3 g szénhidrát 0 g</p> <p>szárazanyag 25,5 g cukor 8,1 g szóda 0,7 g</p>	<p>Lekvár Margarin Kenyér (1)</p> <p>energia 132 kcal fehérje 2,6 g zsír 2,3 g szénhidrát 0 g</p> <p>szárazanyag 24,5 g cukor 6 g szóda 0,7 g</p>	<p>Párizsi diétás Margarin Kenyér (1) Relék</p> <p>energia 135 kcal fehérje 4,4 g zsír 5,5 g szénhidrát 0 g</p> <p>szárazanyag 18,7 g cukor 0,1 g szóda 1 g</p>

Az ételapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Allergének: 1-glutén, 2-trák, 3-tojások, 4-hal, 5-földmogyoró, 6-szójában, 7-tej, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szazamag, 12-kén-dioxid, 13-csillagfürt, 14-puhatestűek

2022. május 16 – 20.

INNOVEN *Ménusz*

ÓVODA TEJMENTES	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Chitomos tea Párizsi diétás Margarin Kenyér (1) Paradicsom</p> <p>energia 171 kcal zsírok 4,7 g szénhidr 5,5 g fehérje 2,0 g</p> <p>szénhidr 24,8 g cukor 5,1 g szőlő 1,1 g</p>	<p>Chitomos tea Hamis körözött (kölessel) Kenyér (1) Zöldpaprika</p> <p>energia 159 kcal zsírok 5 g szénhidr 21,1 g fehérje 2,0 g</p> <p>szénhidr 33,7 g cukor 5 g szőlő 2 g</p>	<p>Chitomos tea Kenőmájás diétás Kenyér (1) Párizsi paprika</p> <p>energia 179 kcal zsírok 5 g szénhidr 21,0 g fehérje 2,0 g</p> <p>szénhidr 24,3 g cukor 5 g szőlő 0,5 g</p>	<p>Chitomos tea Házi húspástétom Kenyér (1) Paradicsom</p> <p>energia 143 kcal zsírok 6,6 g szénhidr 21,7 g fehérje 1,7 g</p> <p>szénhidr 21,3 g cukor 5 g szőlő 0,6 g</p>	<p>Chitomos tea Diétás felvágott Margarin Kenyér (1)</p> <p>energia 135 kcal zsírok 6,7 g szénhidr 21,7 g fehérje 2,0 g</p> <p>szénhidr 21,1 g cukor 5 g szőlő 0,5 g</p>
Ebéd	<p>Karfiollevés (1) Bakonni sertéslökány (1) Köles</p> <p>energia 551 kcal zsírok 24,8 g szénhidr 15,5 g fehérje 5,7 g</p> <p>szénhidr 62,2 g cukor 0 g szőlő 0,2 g</p>	<p>Zöldséglevés (1,3,9) Fasírt (1,3) Lenneselemlék (1)</p> <p>energia 678 kcal zsírok 32,8 g szénhidr 18,4 g fehérje 5,6 g</p> <p>szénhidr 90,8 g cukor 1 g szőlő 0,3 g</p>	<p>Zeller krémlevés pirított kenyérkockával (1,9) Ráncos sertésszelet Céklasaláta</p> <p>energia 549 kcal zsírok 24,7 g szénhidr 15,5 g fehérje 5,2 g</p> <p>szénhidr 54,2 g cukor 5 g szőlő 0,5 g</p>	<p>Zöldbablevés (1) Sertés rizotto (1) Csemege uborka (12)</p> <p>energia 653 kcal zsírok 20,7 g szénhidr 12,9 g fehérje 4,3 g</p> <p>szénhidr 104,1 g cukor 1,5 g szőlő 0,5 g</p>	<p>Húskockaleves (1,3,9) Grízes tészta (1) Gyümölcsvelő Alma</p> <p>energia 658 kcal zsírok 20,7 g szénhidr 12,9 g fehérje 2,9 g</p> <p>szénhidr 106,2 g cukor 1,7 g szőlő 0,2 g</p>
Uzsonna	<p>Száraz szalámi diétás Margarin Kenyér (1)</p> <p>energia 150 kcal zsírok 5 g szénhidr 5,9 g fehérje 0,2 g</p> <p>szénhidr 16,4 g cukor 0 g szőlő 0,2 g</p>	<p>Diétás felvágott Margarin Kenyér (1)</p> <p>energia 154 kcal zsírok 5,9 g szénhidr 4,4 g fehérje 2,0 g</p> <p>szénhidr 15,5 g cukor 0 g szőlő 1 g</p>	<p>Méz Margarin Kenyér (1)</p> <p>energia 132 kcal zsírok 2,6 g szénhidr 2,3 g fehérje 0,9 g</p> <p>szénhidr 26,5 g cukor 5,1 g szőlő 0,7 g</p>	<p>Lékvár Margarin Kenyér (1)</p> <p>energia 132 kcal zsírok 2,6 g szénhidr 2,3 g fehérje 0,9 g</p> <p>szénhidr 24,5 g cukor 5 g szőlő 0,7 g</p>	<p>Párizsi diétás Margarin Kenyér (1) Retek</p> <p>energia 135 kcal zsírok 4,4 g szénhidr 5,9 g fehérje 0,9 g</p> <p>szénhidr 16,7 g cukor 0,1 g szőlő 1 g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Allergének: 1-glutén, 2-trák, 3-tojások, 4-hal, 5-földalmozgató, 6-szójából, 7-keji, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szerrámmag, 12-kén-dioxid, 13-szilinszulfát, 14-puhatestűek