

## 42. heti étlap

### Nefelejcs Német Nemzetiségi Óvoda

#### Óvoda étlap

**október 18. hétfő:**

tízórai: tea, pulykasonka, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, pritamin paprika

ebéd: paradicsomleves, sült csirkecomb, párolt bulgur, csalamádé, banán

uzsonna: körözöttes magos zsemle

**október 19. kedd:**

tízórai: tea, melegszendvics

ebéd: gulyásleves, túrós csusza, alma

uzsonna: kenőmájasos teljes kiőrlésű kenyér, póréhagyma

**október 20. szerda:**

tízórai: tej, csemege szalámis kornland kenyér, z.paprika

ebéd: daragaluska leves, rakott kelkáposzta kölessel, banán

uzsonna: gyümölcs joghurt, korpás stangli

**október 21. csütörtök:**

tízórai: tea, vajkrémes magos zsemle, uborka

ebéd: karalábé leves, sárgarépás, tejfölös csirkemell, petrezselymes rizs, alma

uzsonna: csirkemell sonka, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, pritamin paprika

**október 22. péntek:**

tízórai: tej, lekváros kenyér

ebéd: erőleves csigatésztával, szilvás gombóc I., alma

uzsonna: rámás-sajtos császárszemle, sörretek

Etyek, 2021. október 15.

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

A 37/2014. (IV.30.) EMMI rendelet által előírt tájékoztatási kötelezettséget – számított energia-, zsír-, telített zsírsav-, fehérje-, szénhidrát-, cukortartalom, valamint számított só-tartalom, allergén összetevők – az óvoda hirdetőtábláján kifüggesztett étlap tartalmazza.