Dunaföldvári Eszterlánc Óvoda Bölcsőde és
7020 Dunaföldvár
Kossuth L.u.19-23.

Étlap (Diétás (tejmentes) 7-10 év)

2026.09.07 - 2026.09.13.

Az étlapváltozatás jogát fenntartjuk !

LafiSoft program Copyryght (c) 1998 -2022

	Hétfő 2026.09.07	Kedd 2026.09.08.	Szerda 2026.09.09.	Csütörtök 2026.09.10.	Péntek 2026.09.11.
Tízórai	**Tej** (növényi) **Méz** **Margarin-Liga** **Burgonyás kenyér** (01,)	**Citromos gyümölcstea** **Vegán sajtszelet** (1 db) **Margarin-Liga** **Teljes kiőrlésű kenyér** (01,) **Kígyóuborka**	**Citromos gyümölcstea** **Főtt pulyka rudacska** **Teljes kiőrlésű kenyér** (01,) **Ketchup**	**Tej** (növényi) **Gab.pehely-kakaós golyó** (mentes)	**Tej** (növényi) **Zöldfűszeres,tojáskrém-tejmentes** (03,) **Teljes kiőrlésű kenyér** (01,) **Paradicsom**
	E:1 515(Kj) 363(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 71(g) Zsir: 6(g)Cuk: 23(g)Só:1,89(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 365(mg)	E: 969(Kj) 232(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 48(g) Zsir: 8(g)Cuk: 10(g)Só:1,47(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 7(mg)	E:1 632(Kj) 390(KCal) F: 16(g)Kol: 0(g)Sz: 48(g) Zsir: 21(g)Cuk: 13(g)Só:3,48(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 0(mg)	E:1 048(Kj) 251(KCal) F: 3(g)Kol: 0(g)Sz: 49(g) Zsir: 2(g)Cuk: 15(g)Só:0,18(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 240(mg)	E:1 222(Kj) 292(KCal) F: 9(g)Kol: 65(g)Sz: 54(g) Zsir: 10(g)Cuk: 7(g)Só:1,37(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 257(mg)
Ebéd	**Gyümölcsleves-tejmentes** (01,) **Halrudacska-sütőben** (04,01,) **Tavaszi rizs** **Céklasaláta**	**Karfiolkrémleves-tejmentes** (01,) **Pir.leveskocka-tej,tojásmentes** (01,) **Paradicsommártás** (01,) **Húsgombóc** (bulgur-sertés) (03,01,) **Főtt burgonya**	**Lebbencsleves** (01,03,) **Vadas csirketokány-tejmentes** (09,01,10,) **Gnocchi** (01,) **Körte**	**Daragaluska leves** (03,01,09,) **Sertéspörkölt** (feltét) **Lencsefőzelék-tejmentes** (01,10,) **Teljes kiőrlésű kenyér** (ebédhez) (01,)	**Tárkonyos csirkeraguleves-tejmentes** (09,01,03,) **Grízestészta lekvárral** (01,12,) **Szőlő**
	E:2 244(Kj) 537(KCal) F: 19(g)Kol: 0(g)Sz: 92(g) Zsir: 25(g)Cuk: 26(g)Só:2,91(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 19(mg)	E:2 605(Kj) 623(KCal) F: 28(g)Kol: 77(g)Sz: 84(g) Zsir: 30(g)Cuk: 14(g)Só:1,95(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 44(mg)	E:2 695(Kj) 645(KCal) F: 23(g)Kol: 0(g)Sz:106(g) Zsir: 20(g)Cuk: 11(g)Só:3,39(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 41(mg)	E:2 565(Kj) 614(KCal) F: 36(g)Kol: 70(g)Sz: 70(g) Zsir: 28(g)Cuk: 4(g)Só:2,05(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 63(mg)	E:2 613(Kj) 625(KCal) F: 26(g)Kol: 0(g)Sz:115(g) Zsir: 9(g)Cuk: 23(g)Só:0,93(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 47(mg)
Uzsonna	**Citromos gyümölcstea** **Olasz felvágott** (allerg.mentes,zsírszeg. Margarin-Liga Zsemle (01,) **Jégsaláta**	**Gyümölcsjoghurt-Szójagurt** (06,) **Zsemle** (01,)	**100% gyüm.lé 0,2l-alma** **Sárgabarackdzsem** (12,) **Margarin-Liga** **Zsemle** (01,)	**100% gyüm.lé 0,2l-multiv.** **Vegán vajkrém-natúr** **Zsemle** (01,) **Zöldpaprika**	**Párizsi** (sertés)**-allerg.mentes** **Margarin-Liga** **Zsemle** (01,) **Kápia paprika**
	E:1 068(Kj) 255(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 43(g) Zsir: 9(g)Cuk: 10(g)Só:1,63(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 2(mg)	E:1 068(Kj) 256(KCal) F: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 45(g) Zsir: 4(g)Cuk: 12(g)Só:1,18(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 188(mg)	E:1 436(Kj) 344(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 73(g) Zsir: 4(g)Cuk: 39(g)Só:0,92(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 2(mg)	E:1 302(Kj) 311(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 59(g) Zsir: 6(g)Cuk: 24(g)Só:1,02(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 3(mg)	E:1 051(Kj) 252(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 34(g) Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só:1,42(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 2(mg)

01=Glutén,02=Rákfélék,03=Tojás,04=Halak,05=Földimogyoró,06=Szójabab,07=Tej,08=Diófélék,09=Zeller,10=Mustár,11=Szezámmag,12=Kén-dioxid,13=Csillagfürt,14=Puhatestűek,

Élelmezésvezető