

2020. Február 17. – Február 21.

# GYERMEK ÉTLAP

8. hét

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

Diétás étkezést biztosítunk a 37/2014. (IV. 30.) EMMI rendelet 9. 15 § (1a) szerint

Egyesített Bölcsődevezető



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
<b>REGGELI</b>	Vaníliás tej Zala felvágott /Alföldi/ Vénusz margarin Zsemle Póréhagyma	Tej Teavaj Kakaós kalács	Tejeskávé Fürdői sonka Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kaliforniai paprika	Tej Magyaros vajkrém /Milli/ Fehér kenyér Vajretek	Tej Borjómájás /Pick/ Fehér kenyér Paradicsom
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	272,40   11,56   2,42   10,91   31,00	321,00   16,52   0,00   9,60   32,33	289,50   10,17   1,00   13,71   33,25	240,90   9,62   2,98   8,94   28,82	270,00   11,84   2,88   11,02   28,16
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)   0,65   5,00	(1), (2), (3)   0,60   0,00	(1), (2)   0,42   5,00	(1), (2)   0,62   0,00	(1), (2), (4)   0,88   0,00
<b>TÍZÓRAI</b>	Karalábé ropi	Banán	Gyümölcs tea	Ananász /Happy Day 100%/	Alma
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	5,80   0,03   0,00   0,31   1,02	28,80   0,00   0,00   0,00   6,64	21,10   0,00   0,00   0,01   5,05	81,00   0,15   0,00   0,60   18,45	12,60   0,00   0,00   0,16   2,84
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-   0,00   0,00	-   0,00   0,00	-   0,00   5,00	-   0,00   0,00	-   0,00   0,00
<b>EBÉD</b>	Halrudacska /Sütőpapíron sütve/ Mexikói főzelék Alma	Főtt pulykamell Vadas mártás Rövidcső teszta Mandarin	Sertés apróhús /Sertéscomb/ Tökfőzelék Banán	Sajtfelfújt Zöldbab főzelék Narancs	Hercegnő burgonya pulykamellel Banán
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	345,70   12,81   0,54   11,61   41,54	399,30   13,25   30,76   21,81   23,93	321,90   12,15   1,60   14,87   35,13	350,70   15,32   1,36   16,21   36,01	391,10   20,43   0,00   12,75   37,24
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (8)   1,21   0,00	(1), (2), (3), (5), (6)   1,01   3,00	(1), (2)   1,00   0,00	(1), (2), (3)   0,91   0,00	(2)   0,55   0,00
<b>UZSONNA</b>	Gyümölcsjoghurt /Good Milk/ Vénusz margarin Kifli	Gyümölcs tea Házi csirkehús pástétom /Vénusz margarin/ Rozskenyér Jégcsapretek	Gyerek tea Petrezselymes túrókrém Fehér kenyér Zöldpaprika	Gyümölcs tea Főtt tojás karika Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka	Tej Mézes mackó gabonapehely /Cornexi/
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	211,80   4,75   1,70   6,44   33,80	177,50   4,53   0,95   7,48   26,28	175,70   4,21   1,88   7,50   25,48	184,30   6,82   0,95   8,43   20,19	188,60   5,96   0,08   7,14   26,40
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)   0,33   0,00	(1), (6)   0,52   5,00	(1), (2)   0,54   5,00	(1), (3)   0,02   5,00	(1), (2)   0,14   6,26

Egyesített bölcsődevezető

Bölcsődevezető

Dietetikus

Az étrend (1) glutént, (2) tejet, (3) tojást, (4) szóját, (5) zellert, (6) mustárt, (7) mogyorót, (8) halat, (9) dióféléket, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfidot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!



Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

Diétás étkeztetést biztosítunk a 37/2014. (IV. 30.) EMMI rendelet 9. 15 § (1a) szerint

Egysített Bölcsődevezető

ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
<b>REGGELI</b>	Tej Borjú párizsi krém /Pick/ /Vénusz margarin/ Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika	Kakaó /Holland/ Körözött Zsemle Vajretek	Tej Olasz felvágott /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér Koktélpáradicsom	Macikávė Sárgabarack lekvár Vénusz margarin Fehér kenyér	Tej Főtt virsli /Sága Füstli/ Kifli Ketchup /Heinz/
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	290,80   14,26   2,67   13,44   24,78	245,20   8,09   0,80   11,08   31,34	285,20   13,64   0,95   13,00   25,18	280,20   8,63   1,23   8,71   41,56	254,10   11,17   2,05   11,67   25,88
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (4)   0,46   0,00	(1), (2)   0,43   5,00	(1), (2)   0,26   0,00	(1), (2)   0,54   5,00	(1), (2), (5), (6)   0,94   0,00
<b>TÍZÓRAI</b>	Banán	Citromos tea	Sárgarépa ropi	Narancs /Hohes C 100%/	Alma
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	28,80   0,00   0,00   0,00   6,64	21,10   0,00   0,00   0,01   5,05	5,90   0,03   0,00   0,18   1,20	69,00   0,15   0,00   0,15   18,00	12,60   0,00   0,00   0,16   2,84
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	-   0,00   0,00	-   0,00   5,00	-   0,00   0,00	-   0,00   0,00	-   0,00   0,00
<b>EBÉD</b>	Pulykasült Meggymártás Kusz-kusz Sajt szelet	Húsgombóc /Sertéscomb/ Karalábéfőzelék Mandarin	Főtt tojás Parajfőzelék Banán	Vagdalt pogácsa /Sertéscomb/ Paradicsomos burgonyafőzelék Alma	Csirke aprópecsenye Kelkáposzta főzelék Banán
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	580,10   22,32   1,44   23,10   67,31	217,60   7,37   1,36   14,36   29,78	284,30   11,55   0,00   13,09   27,80	413,80   14,14   0,00   15,44   53,43	299,70   8,86   0,00   17,97   33,60
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	(1)   2,15   15,00	(1), (2), (3)   1,49   0,00	(1), (2), (3)   0,98   0,00	(1), (3)   0,75   5,00	(1)   0,98   0,00
<b>UZSONNA</b>	Gyümölcsstea Sült cukkini krém Rozskenyér Fürtös paradicsom	Tej Natúr vajkrém /Milli/ Fehér kenyér Póréhagyma	Gyerektea Szardíniakrém /Vénusz margarin/ Kifli Kaliforniai paprika	Gyümölcsstea Házi sertéshús pástétom /Vénusz margarin/ Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek	Házi gyümölcsjoghurt Vénusz margarin Bagett
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	156,90   2,95   0,12   4,51   29,71	262,60   11,65   0,28   9,29   29,53	162,80   6,16   1,45   6,86   19,06	184,50   5,70   0,95   8,57   21,94	205,40   8,07   3,65   7,27   25,28
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	(1), (3), (6)   0,62   5,00	(1), (2)   0,60   0,00	(1), (6), (8)   0,31   5,00	(1), (6)   1,02   5,00	(1), (2)   0,34   1,00

Egysített bölcsődevezető

Bölcsődevezető

Dietetikus

Az étrend (1) glutént, (2) tejet, (3) tojást, (4) szóját, (5) zellert, (6) mustárt, (7) mogyorót, (8) halat, (9) dióféléket, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfidot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!