

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	Tej Sertés párizsi /Pick/ Flóra margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Tej Reszelt sajtkrém Flóra margarin Zsemle Zöldpaprika	Tej Álomsonka krém /Kedvenc ízek/ Flóra margarin Roszkenyér Fürtös paradicsom	Kakaó Flóra margarin Teljes kiőrlésű zsemle	Tej Házi tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	245,30 11,17 2,00 11,50 22,28	237,80 11,38 0,95 10,65 23,21	232,80 8,86 0,95 10,62 26,89	284,50 10,60 0,95 10,62 26,89	262,80 13,06 1,90 11,69 22,52
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (4) 0,02 0,00	(1), (2) 0,49 0,00	(1), (2) 0,42 0,00	(1), (2) 0,14 5,00	(1), (2), (3) 0,03 0,00
TÍZÓRAI	Gyümölcs tea	Narancslé 100%	Gyümölcs tea	Almalé 100%	Gyümölcs tea
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	24,10 0,00 0,00 0,05 5,31	64,50 0,75 0,00 1,05 13,20	24,10 0,00 0,00 0,05 5,31	64,50 0,00 0,00 0,00 15,00	24,10 0,00 0,00 0,05 5,31
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	- 0,00 5,00	- 0,00 0,00	- 0,00 5,00	- 0,00 0,00	- 0,00 5,00
EBÉD	Főtt tojás Parajfőzelék Körte	Sertés sült Finomfőzelék Alma	Zabpelyhes húsgombóc /Csirkemell filé/ Karatlábé főzelék Szilva	Párolt pulykamell Paradicsomos burgonyafőzelék Körte	Sertéspörkölt Kapos tökfőzelék Banán
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	268,70 11,55 0,00 13,42 24,24	290,80 10,31 0,00 16,86 30,40	245,20 4,25 1,36 16,92 33,06	401,90 15,09 0,00 15,51 47,56	293,00 11,33 1,60 12,38 32,23
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3) 0,98 0,00	(1), (2) 0,98 0,00	(1), (2), (3) 1,49 0,00	(1) 1,97 5,00	(1), (2) 1,00 0,00
UZSONNA	Citromos tea Házi pulykahús krém /Flóra margarin/ Fehér kenyér Savanyú káposzta	Gyümölcs tea Sült paprikakrém Fehér kenyér	Gyümölcs tea Petrezselymes túrókrém Kifli Póréhagyma	Gyümölcs tea Házi csirkemáj krém Fehér kenyér Kápia paprika	Gyümölcs joghurt /Good Milk/ Kifli
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	172,90 4,52 1,23 6,11 25,22	145,80 0,15 0,28 3,80 29,48	161,70 4,75 1,60 7,30 20,54	168,80 3,64 1,23 6,10 26,31	184,80 1,75 0,75 6,44 33,80
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	(1), (6) 0,66 5,00	(1) 0,72 5,00	(1), (2) 0,18 5,00	(1), (6) 1,54 5,00	(1), (2) 0,32 0,00

Egyesített bölcsődevezető

Bölcsődevezető

Bölcsődeorvos

Dietetikus

Az étrend (1) glutént, (2) tejet, (3) tojást, (4) szóját, (5) zellert, (6) mustárt, (7) mogorót, (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

Egyesített Bölcsődevezető

ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Tejeskávé Teavaj Kalács					Tej Debreceni sonka /Kedvenc Ízek/ Flóra margarin Korpás zsemle Zöldpaprika					Tej Szardíniakrém Teljes kiőrlésű kenyér Fürtös paradicsom					Tej Baromfi párizsi /Pick/ Flóra margarin Vizes zsemle Kápia paprika					Tej Magyaros vajkrém Fehér kenyér Koktélparadicsom				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	323,60	14,41	0,00	9,72	38,38	190,40	7,94	1,01	9,58	20,95	249,40	10,50	1,31	13,24	22,18	219,50	10,01	1,85	8,59	23,76	214,90	8,05	1,51	7,71	27,00
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3)		0,35	5,00	(1), (2)		0,63	0,00	(1), (2), (8)		0,10	0,00	(1), (2), (4)		0,64	0,00	(1), (2)		0,63	0,20					
TÍZÓRAI	Gyümölcsstea					Ananászlé					Gyümölcsstea					Körtelé					Gyümölcsstea				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	24,10	0,00	0,00	0,05	5,31	81,00	0,15	0,00	0,60	18,45	24,10	0,00	0,00	0,05	5,31	58,50	0,00	0,00	0,00	13,50	24,10	0,00	0,00	0,05	5,31
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	-		0,00	5,00	-		0,00	0,00	-		0,00	5,00	-		0,00	0,00	-		0,00	5,00					
EBÉD	Sertés tokány Kelkáposzta főzelék Körte					Sült csirkecomb Zöldborsófőzelék Narancs					Főtt hús /Pulykamell/ Meggymártás Kusz-kusz Sajt szeletek					Gulyásleves Kakaós kevert sütemény Alma					Csőben sült karfiol /Csirkemell/ Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	346,20	15,09	0,00	18,35	30,77	211,20	6,65	0,00	8,78	23,14	533,50	18,60	1,44	23,81	64,94	327,80	12,33	0,27	13,09	38,09	321,50	15,16	0,80	22,62	22,32
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	(1)		0,98	0,00	(1), (2)		1,47	0,00	(1), (2), (12)		2,20	15,00	(1), (2), (3), (5)		0,51	11,00	(1), (2), (3)		1,16	0,00					
UZSONNA	Gyümölcsstea Főtt tojás karika Flóra margarin Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma					Gyümölcsstea Erdei lekvár Flóra margarin Fehér kenyér					Gyümölcsstea Körözött Fehér kenyér Koktélparadicsom					Citromos tea Padlizsánkrém Kifli Póréhagyma					Banánturmix Kifli				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	191,00	6,85	0,95	8,62	21,11	162,60	3,00	1,23	2,65	29,61	152,90	2,29	1,08	5,64	25,68	168,70	7,23	1,79	3,16	21,21	168,70	4,75	0,00	6,75	23,81
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	(1), (3)		0,02	5,00	(1)		0,54	5,00	(1), (2)		0,63	5,00	(1), (3), (6)		0,21	5,00	(1), (2)		0,17	1,00					

Egyesített bölcsődevezető

Bölcsődevezető

Bölcsődeorvos

Dietetikus

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

2020. Október 19. – Október 22.

GYERMEK ÉTLAP

43. hét

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
REGGELI	Tej Borjú párizsi krém /Pick/ Flóra margarin Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma	Vaníliás tej Flóra margarin Fehér kenyér	Tej Zala felvágott /Kométa/ Flóra margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika	Gyümölcstea Natúr vajkrém Zsemle Fürtös paradicsom	Október 23.
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	195,70 16,14 1,72 5,75 6,78	278,80 13,48 0,00 7,70 31,40	249,10 20,17 1,66 9,05 7,62	15,80 2,34 0,00 3,40 30,47
	Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1),(2) 0,54 0,00	(1),(2) 0,62 4,95	(1),(2) 0,74 0,00	(1),(2) 0,48 6,99
TÍZÓRAI	Gyümölcstea	Gyümölcstea	Multivitamin 100% /Happy Day/	Gyümölcstea	Október 23.
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	34,20 0,00 0,00 0,00 7,88	34,20 0,00 0,00 0,00 7,88	100,00 0,00 0,00 0,00 22,80	34,20 0,00 0,00 0,00 7,88
	Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	- 0,00 6,99	- 0,00 6,99	- 0,00 22,00	- 0,00 6,99
EBÉD	Sajtós-tejfölös csirkemell Párolt rizs Alma	Sertés pörkölt /Sertéscomb/ Zöldbab főzelék Körte	Paradicsomos húsgombóc /Pulykamell/ /Zabpehely/ Főtt burgonya Alma	Reszelt sajt Sütőtökfőzelék Alma	Október 23.
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	536,00 28,46 0,00 30,62 37,69	291,50 9,76 0,00 18,06 31,49	447,10 7,20 0,00 33,89 69,30	331,10 14,21 0,00 12,61 36,66
	Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1),(2),(3) 4,00 0,00	(1),(2) 0,80 0,00	(1),(2),(3) 1,31 5,00	(1),(2) 0,60 0,00
UZSONNA	Gyerektea Házi sertéshús krém /Flóra margarin/ Fehér kenyér Lilahagyma	Gyümölcstea Petrezselymes túrókrém Kifli Koktélpáradicsom	Gyümölcstea Tojáskrém Rozskenyér Kígyóuborka	Tej Mézes mackó	Október 23.
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	230,30 7,45 0,00 12,32 27,66	171,00 3,49 0,00 6,52 27,74	386,00 27,22 0,00 4,35 30,13	65,90 2,93 0,00 3,49 6,46
	Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1),(2) 2,27 6,99	(1),(2) 1,25 6,99	(1),(2),(3) 0,70 6,99	(1),(2) 0,00 0,33

Egysített bölcsődevezető

Bölcsődevezető

Bölcsődeorvos

Dietetikus

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

2020. Október 26. – Október 30.

GYERMEK ÉTLAP

44. hét

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	Kakaó Burgundi sonka Flóra margarin Teljes kiőrlésű kenyér Fürtös paradicsom	Tej Méz Flóra margarin Fehér kenyér	Tej Olasz felvágott /Kométa/ Flóra margarin Kifli Jégcsapretek	Tej Teavaj Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika	Gyümölcsstea Zöldfűszeres vajkrém /Milli/ Zsemle Koktélpáradicsom
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	211,20 13,76 0,00 8,70 12,67	251,10 12,21 0,00 6,11 29,01	283,10 17,34 1,92 8,60 22,98	506,10 50,9 0,00 3,97 7,36	193,80 5,97 0,00 3,57 30,90
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	(1),(2) 0,34 5,33	(1),(2) 0,62 4,38	(1),(2) 0,79 0,00	(1),(2) 0,33 0,00	(1),(2) 0,45 6,99
TÍZÓRAI	Gyümölcsstea	Narancslé 100%	Gyümölcsstea	Körtelé /Sió/	Gyümölcsstea
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	34,20 0,00 0,00 0,00 7,88	90,00 0,00 0,00 0,00 18,80	34,20 0,00 0,00 0,00 7,88	108,00 0,00 0,00 0,00 25,00	34,20 0,00 0,00 0,00 7,88
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	- 0,00 6,99	- 0,00 18,80	- 0,00 6,99	- 0,00 24,00	- 0,00 6,99
EBÉD	Halrudacska Burgonyapüré Alma	Párolt pulykamell Zellerfőzelék Banán	Tarhonyás hús /Sertéscomb/ Mandarin	Tojásfelfújt Sárgarépa főzelék Narancs	Csirke apróhús Brokkoli főzelék Alma
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	283,30 10,11 0,00 11,84 33,74	334,10 13,03 0,00 20,53 41,57	274,00 8,24 0,00 17,82 31,49	334,60 10,16 0,00 11,00 48,12	242,80 7,32 0,00 23,73 19,21
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	(1),(2),(8) 0,51 0,00	(1),(2) 3,10 0,00	(1),(3) 1,20 0,00	(1),(2),(3) 0,73 0,00	(1),(2) 1,66 0,00
UZSONNA	Citromos tea Gyümölcsrizs	Gyümölcsstea Borjómájás /Pick/ Zsemle Kígyóúborborka	Gyerektea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma	Gyümölcsstea Házi sertés húskrém Rozskenyér Savanyú káposzta	Gyümölcsjoghurt /Jogobella/ Kifli
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	210,20 0,15 0,00 4,06 46,63	168,90 3,27 0,00 4,72 29,83	89,10 4,47 0,00 0,95 10,72	389,20 24,00 0,00 12,42 30,08	78,50 0,64 0,00 2,41 15,69
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	(1),(2) 0,00 6,99	(1),(2) 0,62 6,99	(1) 0,24 6,99	(1),(2) 2,35 6,99	(1),(2) 0,25 0,33

Egyesített bölcsődevezető

Bölcsődevezető

Bölcsődeorvos

Dietetikus

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