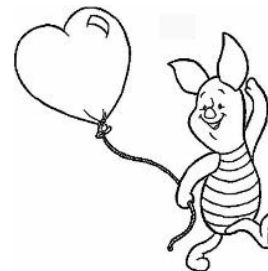


Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
<b>REGGELI</b>	Hideg tej (2) Sertés párizsi krém /Pick/ (4) Baguette (1) Koktélpáradicsom	Tej (2) Téliszalámi /Pick/ (2) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kifli (1) Jégcsapretek	Kakaó /Holland/ (2) Teavaj /Mesés 82%/ (2) Fonott kalács (1),(3)	Tej (2) Zala felvágott /Kométa/ Vénusz margarin Zsemle (1) Vajretek	Hideg tej (2) Trappista sajtkrém (2) Fehér kenyér (1) Kígyóuborka
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	191,40   9,94   2,00   7,84   17,62	342,70   20,75   5,70   14,26   26,50	313,90   14,40   0,00   9,68   36,05	215,20   9,69   1,76   8,75   23,05	250,90   11,12   1,23   11,05   25,96
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (4)   0,26   0,00	(1), (2)   1,07   0,00	(1), (2), (3)   0,35   5,80	(1), (2)   0,59   0,00	(1), (2)   0,69   0,00
<b>TÍZÓRAI</b>	Őszibarack /Happy Day/	Limonádé	Csipkebogyótea	Ananász /Happy Day 100%/	Gyümölcs tea
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	69,00   0,15   0,00   0,15   18,00	21,70   0,00   0,00   0,02   5,10	22,90   0,00   0,00   0,04   5,21	81,00   0,15   0,00   0,60   18,45	22,90   0,00   0,00   0,04   5,21
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-   0,00   0,00	-   0,00   5,00	-   0,00   5,00	-   0,00   0,00	-   0,00   5,00
<b>EBÉD</b>	Grill csirkemell Kuskusz (1) Gyümölcsmártás (1),(2)	Sertés aprópecsenye Mexikói főzelék (1),(2) Narancs	Tojáslepeny (2),(3) Brokkoli főzelék (1),(2) Mandarin	Tejszínes póré hagymás csirke csíkok (1),(2) Párolt rizs Banán	Pulyka fasírt golyó (1),(3) Cukkini főzelék (1),(2) Alma
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	417,30   14,20   2,14   22,11   45,53	328,60   11,83   0,00   16,84   32,62	225,80   11,87   0,13   13,15   22,42	431,40   10,68   2,10   18,89   61,44	267,30   12,69   1,36   15,02   32,27
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)   1,51   6,00	(1), (2)   0,98   0,00	(1), (2), (3)   2,00   0,00	(1), (2)   1,98   0,00	(1), (2), (3)   1,89   0,00
<b>UZSONNA</b>	Gyümölcs tea Körözött (2) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka	Csipkebogyótea Házi csirkemáj krém (6) Zsemle (1) Zöldpaprika	Citromos tea Tonhal pástétom /Rio Mare/ (6),(8) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Fürtös paradicsom	Csipkebogyótea Házi pulykahús krém /Vénusz margarin/ (6) Fehér kenyér (1) Kaliforniai paprika	Tej (2) Vanília krémtúró /Milli/ (2) Vénusz margarin Kifli (1)
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	163,50   3,67   0,80   8,02   21,39	150,90   3,88   0,95   5,60   22,72	219,10   10,09   1,65   8,15   20,06	173,70   4,52   1,23   6,15   25,60	332,70   12,25   0,95   14,39   40,55
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)   0,11   5,00	(1), (6)   1,35   5,00	(1), (6), (8)   0,17   5,00	(1), (6)   0,66   5,00	(1), (2)   0,33   0,00

Egyesített bölcsődevezető

Bölcsődevezető

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!

2021. Február 08. – Február 12.

# GYERMEK ÉTLAP

06. 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				
<b>REGGELI</b>	Macikávé (1),(2) Magyaros vajkrém /Milli/ (2) Fehér kenyér (1) Zöldpaprika					Hideg tej (2) Debreceni sonka/Kedvenc Ízek/ Vénusz margarin Baguette (1) Fürtös paradicsom					Pudingos tej (2) /Dr. Oetker/ Vénusz margarin Briós (1),(3)					Tej (2) Baromfi párizsi /Kedvenc Ízek/ (4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma					Csipkebogyótea Ivójoghurt /Good Milk/ (2) Teavaj /Mesés 82%/ (2) Kifli (1)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	243,90	8,27	2,98	7,58	34,02	174,10	7,52	1,01	8,19	17,48	199,00	7,70	0,95	5,41	26,35	249,50	11,17	1,85	11,37	23,48	282,30	9,75	0,75	6,88	39,06
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		0,62	5,00		(1), (2)		0,60	0,00		(1), (2), (3)		0,26	6,00		(1), (2), (4)		0,32	0,00		(1), (2)		0,32	5,00	
<b>TÍZÓRAI</b>	Multivitamin /Happy Day 100%/					Csipkebogyótea					Körte /Happy Day/					Limonádé					Gyümölcs tea				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	69,00	0,30	0,00	0,75	15,90	22,90	0,00	0,00	0,04	5,21	63,00	0,15	0,00	0,15	18,00	21,70	0,00	0,00	0,02	5,10	22,90	0,00	0,00	0,04	5,21
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,00	0,00		-		0,00	5,00		-		0,00	0,00		-		5,00	0,00		-		5,00	0,00	
<b>EBÉD</b>	Majorannás pulykahús Burgonyapüré (2) Csemege uborka (6) Banán					Sertésragu leves (5) Almás kevert sütemény (1),(3) Alma					Csirke aprópecsenye Paradicsomos káposzta főzelék (1) Narancs					Halrudacska /Frosta/ (1),(8) Zöldborsófőzelék (1),(2) Banán					Zabpelyhes húsgombóc /Sertéscomb/ (1),(3) Sárgarépa főzelék (1),(2) Mandarin				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	337,80	13,75	0,00	14,21	36,27	375,60	14,98	0,00	13,62	43,74	277,90	8,86	0,00	16,59	29,79	371,80	12,47	0,54	16,04	42,51	234,60	5,32	0,00	15,01	37,77
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(2), (6)		1,49	0,00		(1), (3), (5)		1,13	16,67		(1)	0,99	5,00			(1), (2), (8)		1,21	0,00		(1), (2), (3)		1,47	0,00	
<b>UZSONNA</b>	Citromos tea Főtt tojáskarika (3) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek					Gyümölcs tea Sült paprika krém Fehér kenyér (1)					Csipkebogyótea Kockasajt /Medve/ (2) Kifli (1) Zöldpaprika					Citromos tea Vénusz margarin Házi magvas rúd (1),(2),(3),(10) Koktélparadicsom					Citromos tea Kenőmájás /Gyulai/ (4),(6) Kifli (1) Vajretek				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	189,40	6,84	0,95	8,51	21,07	144,60	0,15	0,28	3,79	29,37	143,90	4,61	2,60	4,92	19,53	345,30	16,94	0,95	11,73	34,49	116,20	2,62	0,00	3,23	18,47
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (3)		0,02	5,00		(1)	0,72	5,00			(1), (2)		0,57	5,00		(1), (2), (3), (10)		0,46	5,25		(1), (4), (6)		0,37	5,00	

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!

2021. Február 15. – Február 19.

# GYERMEK ÉTLAP

07. 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
<b>REGGELI</b>	Tej (2) Borjú párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Baguette (1) Koktélpáradicsom	Kakaó /Holland/ (2) Házi sárgarépas vajkrém /Milli/ (2) Fehér kenyér (1) Zöldpaprika	Tej (2) Burgundi sonka/Kedvenc Ízek/ Vénusz margarin Zsemle (1) Lilahagyma	Vaníliás tej (2) Teavaj /Mesés 82%/ (2) Molnárka (1),(3)	Gyümölcsstea Trappista sajt szelet (2) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóborka
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	195,60   10,54   2,24   7,69   17,48	264,10   9,42   0,28   9,29   34,42	208,70   8,21   1,21   9,58   24,09	329,10   15,20   0,00   9,90   34,10	220,70   9,62   0,95   10,24   20,45
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (4)   0,59   0,00	(1), (2)   0,52   5,00	(1), (2)   0,64   0,08	(1), (2), (3)   0,00   5,00	(1), (2)   0,22   5,00
<b>TÍZÓRAI</b>	Narancs /HohesC 100%/	Gyümölcsstea	Limonádé	Csipkebogyótea	Ananász /Happy Day 100%/
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	64,50   0,75   0,00   1,05   13,20	22,90   0,00   0,00   0,04   5,21	21,70   0,00   0,00   0,02   5,10	22,90   0,00   0,00   0,04   5,21	81,00   0,15   0,00   0,60   18,45
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-   0,02   0,00	-   0,00   5,00	-   0,00   5,00	-   0,00   5,00	-   0,00   0,00
<b>EBÉD</b>	Sertés apróhús Zöldbabfőzelék (1),(2) Alma	Csirke aprópecsenye Karfiolfőzelék (1),(2) Narancs	Főtt tojás (3) Parajfőzelék (1),(2) Banán	Bácskai rizses hús Céklasaláta Körte	Pulyka vagdalt (1),(3) Kapos tökfőzelék (1),(2) Alma
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	273,80   11,76   1,36   15,76   24,37	240,60   7,65   1,60   18,97   20,82	284,30   11,55   0,00   13,09   27,80	384,80   9,19   0,04   15,68   55,61	324,60   12,63   1,60   14,84   36,11
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)   1,00   0,00	(1), (2)   1,00   0,00	(1), (2), (3)   0,98   0,00	-   1,30   0,00	(1), (2), (3)   0,77   0,00
<b>UZSONNA</b>	Csipkebogyótea Kapos túrókrém (2) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Póréhagyma	Gyümölcsstea Házi gyümölcsjoghurt (1),(2) Vénusz margarin Kifli (1)	Gyümölcsstea Tojáskrém (3),(6) Teljes kiőrlésű kifli (1) Fürtös paradicsom	Citromos tea Házi harcsakrém /Vénusz margarin/ (8),(6) Fehér kenyér (1) Jégcsapretek	Hideg tej (2) Kukoricapehely /Corn Flakes/
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	158,50   3,10   0,40   7,96   21,50	191,00   6,56   2,75   5,62   26,18	198,20   9,24   1,90   5,30   24,00	169,20   4,15   1,23   5,97   25,55	160,20   4,48   0,00   6,04   23,57
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)   0,10   5,00	(1), (2)   0,29   6,00	(1), (3), (6)   0,03   5,00	(1), (6), (8)   0,66   5,00	(2)   0,00   0,00

Egyesített bölcsődevezető

Bölcsődevezető

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!

2021. Február 22. – Február 26.

# GYERMEK ÉTLAP

08. 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				
<b>REGGELI</b>	Tejeskávé (1),(2) Vénusz margarin Kakaós kalács (1),(3)					Gyümölcs tea Tepsis bundás kenyér (1),(2),(3)					Tej (2) Sült sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiörlésű kenyér (1) Kígyóuborka					Tej (2) Főtt virsli /Sága Füstli/ (6) Baguette (1) Ketchup /Heinz/ (5)					Hideg tej (2) Házi sertéshús krém /Vénusz margarin/ (6) Fehér kenyér (1) Kaliforniai paprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	275,60	10,13	0,95	7,74	37,26	250,20	10,98	1,88	11,64	25,32	229,70	9,07	1,13	12,40	22,22	203,00	9,36	2,05	9,27	20,29	233,80	8,49	1,23	10,69	27,67
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3)		0,62	5,00		(1), (2), (3)		1,23	5,00		(1), (2)		0,29	0,00		(1), (2), (5), (6)		1,01	0,00		(1), (2), (6)		1,54	0,00	
<b>TÍZÓRAI</b>	Limonádé					Őszibarack /Happy Day/					Csipkebogyó tea					Citromos tea					Alma /Happy Day 100%/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	21,70	0,00	0,00	0,02	5,10	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	22,90	0,00	0,00	0,04	5,21	22,90	0,00	0,00	0,04	5,21	69,00	0,15	0,00	0,15	16,95
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,00	5,00		-		0,00	0,00		-		0,00	5,00		-		0,00	5,00		-		0,00	0,00	
<b>EBÉD</b>	Pulyka fasírtgolyó (1),(3) Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Banán					Sertéspörkölt Fehérrepa főzelék (1),(2) Alma					Sült csirkemell Céklafőzelék (1),(2) Körte					Magyaros kiskagyló (1),(3) Csemege uborka (6) Alma					Sonkafelfújt (1),(3) Burgonyafőzelék (1),(2) Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	453,30	14,79	0,00	15,14	61,24	261,90	10,54	0,00	15,24	24,46	267,50	7,06	0,00	17,44	31,47	286,60	10,48	0,00	15,70	29,52	367,80	9,99	2,72	14,97	52,59
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (3)		1,25	5,00		(1), (2)		1,47	0,00		(1), (2)		1,47	0,00		(1), (3), (6)		0,49	0,00		(1), (2), (3)		2,66	0,00	
<b>UZSONNA</b>	Csipkebogyó tea Sült cukkini krém (3),(6) Teljes kiörlésű zsemle (1)					Citromos tea Borjómájás /Pick/ (2),(4) Kifli (1) Vajretek					Gyümölcs tea Fokhagymás vajkrém /Milli/ (2) Baguette (1) Zöldpaprika					Csipkebogyó tea Tavaszi túrókrém (2) Fehér kenyér (1) Póréhagyma					Gyümölcs tea Házi sajtkrém (2) /Vénusz margarin/ Fehér kenyér (1) Fürtös paradicsom				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	175,90	3,59	0,12	6,12	33,46	127,20	3,67	1,30	3,62	18,53	151,70	3,96	0,28	3,11	24,71	105,80	1,56	0,18	4,66	17,43	192,00	6,94	1,23	6,41	23,85
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (3), (6)		0,34	5,00		(1), (2), (4)		0,35	5,00		(1), (2)		0,57	5,00		(1), (2)		0,35	5,00		(1), (2)		0,69	5,00	

Egyesített bölcsődevezető

Bölcsődevezető

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!