

2021. Április 05. – Április 09.

# GYERMEK ÉTLAP

14. 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>	<p><i>Április 05. Húsvét Hétfő</i></p>	Hideg tej (2) Párizsi krém /Pick/ (4) Fehér kenyér (1) Koktélpáradicsom	Tej (2) Házi reszelt sajtkrém (2) Fehér kenyér (1) Hónapos retek	Csipketea Snidlinges tojáskrém (3),(6) Bagett (1) Kápia paprika	Vaníliás tej (2) Pulykamell sonka /Efef/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Póréhagyma
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		233,50   9,79   2,28   9,10   26,46	251,20   11,12   1,23   11,07   26,01	120,40   4,63   0,95   3,59   15,92	288,10   10,97   0,95   14,35   30,48
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)		(1), (2), (4)   0,54   0,00	(1), (2)   0,69   0,00	(1), (3), (6)   0,36   5,00	(1), (2)   0,46   5,00
<b>TÍZÓRAI</b>		Narancs /HohesC 100%/	Limonádé	Csipkebogyótea	Ananász /Happy Day 100%/
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		64,50   0,75   0,00   1,05   13,20	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)		-   0,00   0,00	-   0,00   5,00	-   0,00   5,00	-   0,00   0,00
<b>EBÉD</b>		Zabpelyhes húsgombóc /Pulykamell/ (1),(3) Karalábéfőzelék (1),(2) Narancs	Párolt pulykamell Sárgarépa főzelék (1),(2) Alma	Tarhonyás hús (1),(3) Céklasaláta /Bonduelle/ Körte	Rakott karfiol (1),(2) Banán
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		330,70   8,25   1,36   18,45   42,87	304,70   11,84   0,00   17,18   29,93	346,20   9,81   0,25   16,23   44,86	327,40   9,87   2,00   17,23   38,75
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)		(1), (2), (3)   1,49   0,00	(1), (2)   1,47   0,00	(1), (3)   1,38   0,00	(1), (2)   1,00   0,00
<b>UZSONNA</b>		Gyümölcs tea Tonhalkrém /Rio Mare/ (6),(8) Zsemle (1) Kígyóborka	Citromos tea Házi csirkehús pástétom (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika	Tejeskávé (1),(2) Teavaj /Mesés 82%/ (2) Fonott kalács (1),(3)	Gyümölcs tea Magyaros vajkrém /Tolle/ (2) Kifli (1) Fürtös paradicsom
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	184,10   8,89   1,65   5,49   20,03	171,20   4,62   0,95   9,10   20,33	295,60   13,01   0,00   8,22   36,03	117,70   3,09   0,00   2,58   17,67	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (6), (8)   0,49   4,00	(1), (6)   0,12   4,00	(1), (2), (3)   0,35   5,80	(1), (2)   0,17   4,00	

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, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

2021. Április 12. – Április 16.

# GYERMEK ÉTLAP



15. 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>	Kakaó /Holland/ (2) Burgundi sonka/Kedv. Ízek/ Vénusz margarin Bagett (1) Fürtös paradicsom	Tej (2) Zala felvágott /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Vajretek	Gyümölcs tea Sertés párizsi krém /Pick/ (4) Vizes zsemle (1) Kígyóuborka	Hideg tej (2) Virslis /Sága Füstli/ (6) Fehér kenyér (1) Ketchup /Heinz/ (5)	Csipkebogyó tea Házi csirkehús pástétom (6) Kifli (1) Kígyóuborka
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	227,10   9,57   1,21   10,06   24,17	244,00   10,87   1,76   11,59   22,34	151,40   5,79   2,00   4,20   20,15	245,10   9,22   2,33   10,53   29,13	140,60   3,73   0,95   6,30   19,19
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)   0,56   5,08	(1), (2)   0,26   0,00	(1), (4)   0,34   4,00	(1), (2), (5), (6)   1,29   0,00	(1), (6)   0,28   5,00
<b>TÍZÓRAI</b>	Limonádé	Őszibarack /Happy Day/	Csipkebogyó tea	Alma /Happy Day 100%/	Gyümölcs tea
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	21,70   0,00   0,00   0,00   5,10	69,00   0,15   0,00   0,15   18,00	22,90   0,00   0,00   0,04   5,21	69,00   0,15   0,00   0,15   16,95	18,80   0,00   0,00   0,04   4,21
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-   0,00   5,00	-   0,00   0,00	-   0,00   5,00	-   0,00   0,00	-   0,00   4,00
<b>EBÉD</b>	Tojásleves (2),(3) Sóska főzelék (1),(2) Banán	Gulyásleves (5) Rizskoch (1),(2),(3) Gyümölcsöntet	Halrudacska /Frosta/ (1), (8) Karfiolpüré (2) Alma	Párolt pulykamell Paradicsomos zöldbab főzelék (1) Körte	Csöbentsült brokkoli (1),(2),(3) Narancs
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	350,30   14,55   0,00   13,74   40,37	423,40   12,05   0,00   17,16   58,58	314,30   15,53   0,54   12,72   28,85	343,20   15,91   0,00   17,36   29,83	327,00   15,18   1,35   20,66   23,98
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3)   1,08   5,00	(1), (2), (3), (5)   0,54   16,50	(1), (2), (8)   1,71   0,00	(1)   1,97   1,00	(1), (2), (3)   1,16   0,00
<b>UZSONNA</b>	Citromos tea Sült paprikakrém Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Gyümölcs tea Teavaj /Mesés 82%/ (2) Zsemle (1) Zöldpaprika	Gyümölcs tea Körözött (2) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma	Citromos tea Borjómájás /Pick/ (2),(4) Zsemle (1) Koktélparadicsom	Vaníliás tej (2) Trappista sajtkrém (2) Bagett (1) Hónapos retek
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	154,50   1,55   0,00   6,19   24,65	169,50   8,28   0,00   2,84   20,25	164,30   3,67   0,80   8,04   21,57	128,80   3,36   1,30   3,60   20,54	156,80   7,62   0,95   5,91   16,06
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)   0,20   4,00	(1), (2)   0,32   4,00	(1), (2)   0,11   4,00	(1), (2), (4)   0,50   4,00	(1), (2)   0,41   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. Április 19. – Április 23.

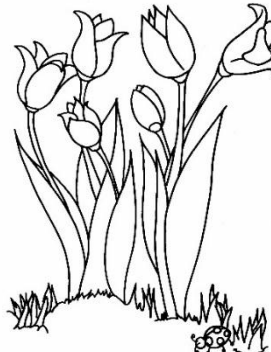
## GYERMEK ÉTLAP

16. 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>	Hideg tej (2) Marha párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Bagett (1) Kígyóborka	Gyümölcs tea Főtt tojáskarika (3) Vénusz margarin Fehér kenyér (1) Fürtös paradicsom	<p><i>Április 21. Bölcsődék napja</i></p> 	Hideg tej (2) Sonkakrém /Efef/ Zsemle (1) Póréhagyma	Gyümölcs tea Padlizsánkrém (3) Kifli (1) Hónapos retek
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	193,40   10,52   2,24   7,69   17,02	170,20   5,44   1,23   5,88   22,81		205,50   8,15   0,95   9,26   23,74	160,00   7,20   1,79   3,01   19,50
Allergének/ só (g/ffő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (4)   0,59   0,00	(1), (3)   0,54   4,00		(1), (2)   0,67   0,00	(1), (3), (6)   0,21   4,00
<b>TÍZÓRAI</b>	Limonádé	Multivitamin /HohesC 100%/		Csipkebogyó tea	Körte /Happy Day/
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	21,70   0,00   0,00   0,02   5,10	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
Allergének/ só (g/ffő), hozzáadott cukor (g)	-   0,00   5,00	-   0,00   0,00		-   0,00   5,00	-   0,00   0,00
<b>EBÉD</b>	Sült csirkecomb Kelkáposzta főzelék (1) Narancs	Borjúragu leves (5) Kevert meggyes pite (1),(2),(3),(12)		Paradicsomos húsgombóc (1),(3) Főtt burgonya Körte	Sajtfelfújt (1),(2),(3) Finomfőzelék (1),(2) Banán
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	226,30   10,25   0,00   5,70   25,10	419,30   18,84   1,50   13,12   46,79		286,30   5,16   0,00   14,26   43,55	369,10   11,59   0,00   15,93   48,88
Allergének/ só (g/ffő), hozzáadott cukor (g)	(1)   1,47   0,00	(1), (2), (3), (5), (12)   1,03   17,50		(1), (3)   1,97   1,00	(1), (2), (3)   1,09   0,00
<b>UZSONNA</b>	Citromos tea Házi csirkemáj pástétom (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika	Citromos tea Vaníliás krémtúró /Milli/ (2) Vénusz margarin Kifli (1)		Hideg tej (2) Zöldfűszeres vajkrém /Milli/ (2) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Koktélparadicsom	Kakaó /Holland/ (2) Teavaj /Mesés 82%/ (2) Molnárka (1), (3)
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	175,50   5,06   0,95   8,44   21,01	267,50   8,05   0,95   9,93   37,71	208,40   7,59   0,00   9,81   22,78	293,50   14,29   0,00   9,22   28,19	
Allergének/ só (g/ffő), hozzáadott cukor (g)	(1), (6)   1,02   4,00	(1), (2)   0,33   4,00	(1), (2)   0,03   0,00	(1), (2), (3)   0,06   5,00	

Egyesített bölcsődevezető

Bölcsődevezető

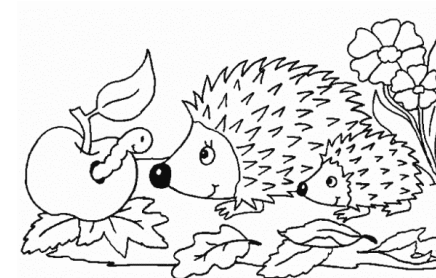
Dietetikus

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!

2021. Április 26. – Április 30.

## GYERMEK ÉTLAP

17. 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>	Citromos tea Olasz felvágott /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Fürtös paradicsom	Tej (2) Burgundi sonka /Kedvenc Ízek/ Vénusz margarin Fehér kenyér (1) Jégcsapretek	Tej (2) Tavaszi túrókrém (2) Bagett /Tipegő: Kenyer/(1) Zöldpaprika	Gyümölcsstea Bundás kenyér (1),(2),(3)	Vaníliás tej (2) Zala felvágott /Kométa/ Vénusz margarin Bagett (1) Kígyóuborka
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	192,00   7,89   0,95   6,86   19,27	221,70   8,02   1,49   10,05   26,65	171,50   6,50   0,68   8,99   18,93	246,10   10,98   1,88   11,64   24,32	235,60   11,02   1,76   9,49   24,52
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	(1)	0,26   4,00	(1), (2)   0,84   0,08	(1), (2), (3)   1,23   4,00	(1), (2)   0,51   5,00
<b>TÍZÓRAI</b>	Limonádé	Őszibarack /Happy Day/	Csipkebogyótea	Limonádé	Ananász /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	21,70   0,00   0,00   0,02   5,10	81,00   0,15   0,00   0,60   18,45
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	-	0,00   5,00	-	0,00   5,00	-
<b>EBÉD</b>	Egyben sült sertéshús Zöldborsófőzelék (1),(2) Körte	Bolognai mártás rövidcső tészta (1),(2),(3) Alma	Fasírt golyók (1),(3) Tökfőzelék (1),(2) Narancs	Párolt csirkemell Salátafőzelék (1),(2) Alma	Csirke apróhús Mexikói főzelék (1),(2) Banán
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	320,30   11,51   0,00   21,27   26,74	385,60   14,79   29,16   20,50   11,02	327,00   12,01   1,60   15,03   37,32	143,50   3,07   0,00   3,97   24,17	288,90   5,57   0,00   16,18   38,11
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)	1,47   0,00	(1), (2), (3)   0,69   0,00	(1), (2)   1,97   0,00	(1), (2)   0,98   0,00
<b>UZSONNA</b>	Áfonyás joghurt turmix (2) Háztartási keksz /Detki/ (1),(12)	Citromos tea Szardínia pástétom /Hamé/ (6),(8) Zsemle (1) Póréhagyma	Macikávét (1),(2) Kenőmájás /Pick/ (2),(4) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika	Hideg tej (2) Házi pulykahús pástétom (6) Kifli (1) Hónapos retek	Gyümölcsstea Medve kockasajt (2) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kápia paprika
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	154,30   4,34   2,32   5,26   22,30	157,00   5,13   1,31   6,27   20,97	252,30   8,77   1,30   10,98   29,80	212,40   9,25   0,95   10,20   21,16	174,80   5,44   2,60   7,72   20,89
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (12)	0,31   1,00	(1), (6), (8)   0,43   4,00	(1), (2), (4)   0,18   5,00	(1), (2), (6)   0,30   0,00

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!