

2021. Március 01. – Március 05.

GYERMEK ÉTLAP

09. 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	Macikávé (1), (2) Főtt virsli /Sága/ (6) Bagett Ketchup /Heinz/ (5)	Citromos tea Sült cukkini krém (3), (6) Fehér kenyér (1)	Gyümölcs tea Tavaszi felvágott /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Savanyú káposzta	Tej (2) Fűszeres vajkrém /Tolle/ (2) Zsemle (1) Zöldpaprika	Tej (2) Burgundi sonka /Kedvenc Ízek/ Vénusz margarin Fehér kenyér (1) Koktélparadicsom
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	233,20 9,37 2,05 9,32 27,61	137,70 1,59 0,40 3,72 28,86	287,80 10,52 0,98 23,85 21,60	179,10 6,43 0,00 7,02 23,29	220,70 8,02 1,49 10,00 26,39
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (5), (6) 1,01 5,00	(1), (3), (6) 0,74 5,00	(1) 3,02 5,00	(1), (2) 0,35 0,00	(1), (2) 0,84 0,08
TÍZÓRAI	Őszibarack /Happy Day/	Limonádé	Csipkebogyó tea	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
EBÉD	Halpogácsa (1), (2), (3), (8) Burgonyapüré (2) Alma	Csirke apróhús Zöldborsó főzelék (1), (2) Körte	Bolognai rövidsö (1),(2),(3) /Sertéscomb/ Banán	Párolt pulykamell Zellerfőzelék (1), (2), (5) Alma	Tojáspuffancs (1), (2), (3) Sütőtökfőzelék (1), (2) Banán
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	293,60 10,07 0,00 15,48 33,94	266,90 5,23 0,00 21,25 27,91	418,10 14,79 29,16 20,18 18,64	328,20 13,08 1,05 17,66 32,56	391,90 10,88 0,00 13,76 59,24
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3), (8) 2,04 0,00	(1), (2) 0,98 0,00	(1), (2), (3) 0,69 0,00	(1), (2), (5) 1,99 0,00	(1), (2), (3) 1,65 0,00
UZSONNA	Csipkebogyó tea Körözött (2) Zsemle (1) Kápia paprika	Gyümölcs tea Medvesajt (2) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Vajretek	Hideg tej (2) Málnalekvár /Kecskeméti/ Teavaj /Mesés 82%/ (2) Fehér kenyér (1)	Tej (2) Borjómájás /Pick/ (2), (4) Kifli (1) Kígyóuborka	Citromos tea Sertéshús pástétom (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	138,40 2,51 0,80 5,26 22,84	176,10 5,42 2,60 7,58 21,19	277,40 12,23 0,28 7,61 32,70	187,50 7,87 1,30 8,14 20,33	186,30 5,70 0,95 8,60 22,09
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2) 0,43 5,00	(1), (2) 0,40 5,00	(1), (2) 0,52 0,00	(1), (2), (4) 0,35 0,00	(1), (6) 1,02 5,00

Egyesített bölcsődevezető

Bölcsődevezető

Dietetikus

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

2021. Március 08. – Március 12.

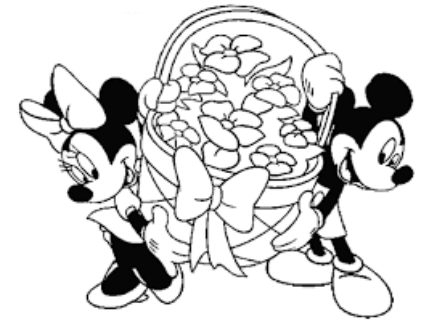
GYERMEK ÉTLAP

10. 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	Tej (2) Csirkemell sonka /Kedvenc Ízek/ Vénusz margarin Fehér kenyér (1) Fürtös paradicsom					Kakaó /Holland/ (2) Főtt tojáskarika (3) Vénusz margarin Teljes kiörlésű kenyér (1) Hónapos retek					Citromos tea Sertés párizsi krém /Pick/ (4) Fehér kenyér (1) Póréhagyma					Tej (2) Kaprok túrókrém (2) Teljes kiörlésű kenyér (1) Vajretek					Vaniliás tej (2) Tonhalkrém /Rio Mare/ (6),(8) Bagett (1) Zöldpaprika				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	215,90	7,36	1,28	9,50	26,30	296,00	12,42	0,95	14,44	29,60	173,80	5,60	2,28	4,78	24,81	216,80	7,27	0,40	12,22	22,73	272,00	14,46	1,65	10,68	24,65
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		0,94	0,00		(1), (2), (3)		0,02	5,00		(1), (4)		0,54	5,00		(1), (2)		0,10	0,00		(1), (2), (6), (8)		0,41	5,00	
TÍZÓRAI	Multivitamin /Happy Day 100%/					Csipkebogyótea					Körte /Happy Day/					Limonádé					Gyümölcs tea				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	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		-		0,00	5,00		-		0,00	5,00	
EBÉD	Majorannás májfelfújt (1), (3) Mexikói főzelék (1), (2) Alma					Grill csirkemell Parajfőzelék (1), (2) Körte					Gulyásleves (5) /Sertéscomb/ Almás pite (1), (2), (3)					Párolt pulykamell Karfiolfőzelék (1), (2) Mandarin					Rakott zöldbab (1), (2) /Sertéscomb/ Banán				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	259,70	4,11	0,00	12,14	40,14	316,30	12,25	0,00	21,80	24,30	348,10	14,18	0,80	12,85	39,75	279,50	14,80	1,60	19,04	22,45	325,20	11,47	1,60	13,71	39,06
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3)		1,15	0,00		(1), (2)		1,47	0,00		(1), (2), (3), (5)		0,52	15,00		(1), (2)		1,49	0,00		(1), (2)		1,00	0,00	
UZSONNA	Gyümölcs tea Sajtkrém /Boci/ (2) Zsemle (1) Kígyóuborka					Babavíz Házi barackos joghurt (2) Vénusz margarin Kifli (1)					Gyümölcs tea Teavaj /Mesés 82%/ (2) Zsemle (1) Kígyóuborka					Csipkebogyótea Házi pulykahús pástétom (6) Fehér kenyér (1) Koktélpáradicsom					Citromos tea Natúr vajkrém /Milli/ (2) Bagett (1) Savanyú káposzta				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	128,80	2,04	1,20	4,60	22,54	168,10	6,56	2,75	5,58	20,97	172,00	8,24	0,00	2,80	20,99	172,30	4,52	1,23	6,07	25,32	110,10	4,19	0,00	1,83	15,86
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		0,62	5,00		(1), (2)		0,29	1,00		(1), (2)		0,32	5,00		(1), (6)		0,66	5,00		(1), (2)		0,30	5,00	

Egyesített bölcsődevezető

Bölcsődevezető

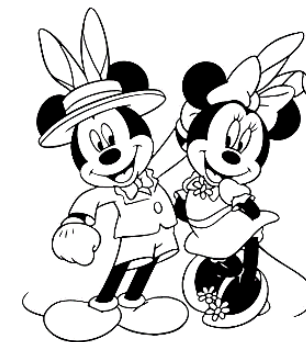
Dietetikus

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. Március 15. – Február 19.

GYERMEK ÉTLAP


11. 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	<i>Március 15.</i> 	Tej (2) Mozzarella sajt szelet (2) Vénusz margarin Fehér kenyér (1) Koktélparadicsom	Tejeskávé (1), (2) Vénusz margarin Molnárika (1), (3)	Tej (2) Baromfi párizsi /Kedvenc Ízek/ (4) Vénusz margarin Bagett (1) Kígyóuborka	Pudingos tej (2) Debreceni sonka /Kedvenc Ízek/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Fürtös paradicsom																
		Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	262,40	11,64	4,09	12,30	26,45	227,60	7,90	0,95	7,36	28,12	188,60	9,92	1,85	7,69	17,19	287,30	10,18	1,01	13,35
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)		(1), (2)	0,84	0,00	(1), (2), (3)	0,08	5,00	(1), (2), (4)	0,56	0,00	(1), (2)	0,37	6,00								
TÍZÓRAI		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	5,00	-	0,00	0,00					
EBÉD		Tojáslepény (2), (3) Sóskafezelék (1), (2) Banán	Csirkepaprikás (1), (2) Szarvacskaszerű tészta (1), (3) Alma			Vagdalt szelet (1), (3) Céklafezelék (1), (2) Körte			Csöbenschüsselt karfiol (1), (2), (3) Banán												
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		350,30	14,55	0,00	13,74	40,37	283,70	8,98	1,60	17,38	31,64	320,10	10,40	0,00	14,99	39,85	319,00	14,82	1,20	19,09	25,03
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)		(1), (2), (3)	1,08	5,00	(1), (2), (3)	2,05	0,00	(1), (2), (3)	0,75	0,00	(1), (2), (3)	1,11	0,00								
UZSONNA		Gyümölcs tea Sertéshús pástétom (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika	Csipkebogyótea Padlizsánkrém (3), (6) Zsemle (1) Póréhagyma			Citromos tea Kenőmájás /Nádudvari/ (4) Fehér kenyér (1) Vajretek			Gyümölcs tea Zöldfűszeres vajkrém /Milli/ (2) Kifli (1) Jégcsapretek												
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	184,70	5,71	0,95	8,59	21,63	171,80	6,90	1,79	3,06	23,69	151,60	3,47	0,28	4,58	24,12	115,30	2,54	0,00	2,65	19,33	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (6)	1,02	5,00	(1), (3), (6)	0,37	5,00	(1), (4)	0,79	5,00	(1), (2)	0,19	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. Március 22. – Március 26.

GYERMEK ÉTLAP

12. 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	Gyümölcsstea Borjú párizsi krém /Pick/ Fehér kenyér (1) Jégcsapretek					Kakaó /Holland/ (2) Trappista sajt szelet (2) Vénusz margarin Zsemle (1) Fürtös paradicsom					Tej (2) Sonka /Kedvenc Ízek/ Vénusz margarin Bagett (1) Kígyóborka					Hideg tej (2) Áfonyalekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Fehér kenyér (1)					Tej (2) Sült paprikakrém Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	174,20	5,82	2,37	4,60	24,75	303,80	14,06	0,95	13,18	30,09	171,60	7,49	1,00	8,43	17,71	222,10	7,20	1,23	7,13	31,42	224,30	5,79	0,00	10,67	27,58
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		0,91	5,00		(1), (2)		0,54	5,00		(1), (2)		0,66	0,00		(1), (2)		0,54	0,00		(1), (2)		0,20	0,00	
TÍZÓRAI	Limonádé					Őszibarack /Happy Day/					Csipkebogyótea					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	
EBÉD	Sertéspörkölt Zöldbabfőzelék (1), (2) Körte					Zabpelyhes húsgombóc (1), (3) Karatlábé főzelék (1), (2) Banán					Paradicsomleves (1), (5) Csirkemáj rizottó (2) Alma					Sertés apróhús Kapros tökfőzelék (1), (2) Narancs					Halrudacska /Frosta/ (1), (8) Burgonyapüré (2) Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	290,80	11,76	1,36	15,76	28,42	245,40	4,09	1,36	11,65	38,35	404,30	13,92	0,00	19,49	43,85	289,70	12,12	1,60	15,08	27,21	344,90	14,77	0,54	11,67	39,62
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		1,00	0,00		(1), (2), (3)		1,49	0,00		(1), (2), (5)		2,07	3,00		(1), (2)		1,00	0,00		(1), (2), (8)		1,71	0,00	
UZSONNA	Tej (2) Teavaj /Mesés 82%/ (2) Fonott kalács (1), (3)					Citromos tea Tojáskrém (3) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Póréhagyma					Gyümölcsstea Tavaszi túrókrém (2) Fehér kenyér (1) Vajretek					Csipkebogyótea Pulykahús pástétom (6) Zsemle (1) Lilahagyma					Gyümölcsstea Magyaros vajkrém /Milli/ (2) Fehér kenyér (1) Jégcsapretek				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	265,40	13,00	0,00	8,18	28,70	205,40	8,89	1,90	7,37	21,33	144,40	1,39	0,46	5,66	25,49	160,20	4,72	0,95	5,65	23,02	136,20	2,50	0,28	2,92	24,19
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3)		0,35	0,80		(1), (3)		0,03	5,00		(1), (2)		0,63	5,00		(1), (6)		0,46	5,00		(1), (2)		0,52	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. Március 29. – Április 02.

GYERMEK ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

13. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	Citromos tea Párizsi /Kedvenc Ízek/ (4) Vénusz margarin Fehér kenyér (1) Koktélpáradicsom	Macikávé (1), (2) Szardíniapástétom /Hamé/ (8) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek	Tej (2) Póréhagymás vajkrém /Milli/ (2) Fehér kenyér (1)	Csipkebogyótea Zala felvágott /Kométa/ Vénusz margarin Fehér kenyér (1) Kígyóuborka	<p><i>Április 02.</i> <i>Nagypéntek</i></p> 
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	171,80 5,59 2,13 4,49 24,65	280,70 10,52 1,31 13,52 30,49	213,10 7,97 0,28 7,68 26,67	168,10 5,27 2,04 4,79 24,17	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (4) 0,84 5,00	(1), (2), (8) 0,10 5,00	(1), (2) 0,52 0,00	(1) 0,78 5,00	
TÍZÓRAI	Limonádé	Körte /Happy Day/	Csipkebogyótea	Multivitamin /HohesC 100%/	
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	21,70 0,00 0,00 0,02 5,10	63,00 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 18,00	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	- 0,00 5,00	- 0,00 0,00	- 0,00 5,00	- 0,00 0,00	
EBÉD	Sertéspörkölt Paradicsomos káposztafőzelék (1) Banán	Párolt csirkemell Burgonyafőzelék (1), (2) Mandarin	Magyaros kiskagyló (1),(3) Csemege uborka (6) Alma	Reszelt sajt (2) Kínai kel főzelék (1) Banán	
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	346,30 14,28 0,00 14,09 36,73	206,20 5,56 1,60 6,25 39,10	286,60 10,48 0,00 15,70 29,52	288,40 13,10 0,00 11,17 29,23	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1) 0,99 5,00	(1), (2) 1,49 0,00	(1), (3), (6) 0,49 0,00	(1), (2) 0,79 0,00	
UZSONNA	Tej (2) Kukoricapehely /Corn Flakes/	Citromos tea Cukkini krém (3), (6) Fehér kenyér (1)	Gyümölcs tea Házi csirkemáj krém (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Fürtös paradicsom	Gyümölcsjoghurt /Jogobella/ (2) Háztartási keksz /Detki/ (1), (12)	
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	160,20 4,48 0,00 6,04 23,57	137,70 1,59 0,40 3,72 28,86	180,20 5,04 0,95 8,22 21,49	200,20 2,74 0,52 5,36 36,95	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(2) 0,00 0,00	(1), (3), (6) 0,74 5,00	(1), (6) 1,02 5,00	(1), (2), (12) 0,17 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, szulfítot, (13) csillagfűrtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!