

Az étlapp módosítás jogát fenntartjuk!

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

Egysített Bölcsődevezető



22. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	Tejeskávé (1),(2) Debreceni sonkakrém /Kedvenc Ízek/ Vénusz margarin Vizes zsemle (1) Zöldpaprika	Hideg tej (2) Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin Fehér kenyér (1) Koktélparadicsom	Kakaó /Holland/ (2) Sertés párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Kifli (1) Tricolor paprika	Tej (2) Borjómájás /Pick/ (2),(4) Rozskenyér (1) Vajretek	Gyümölcsstea Bundás kenyér (1),(2),(3) /Sütőben sütve/
Energia cKal/Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	258,10 10,62 1,96 9,27 31,16	235,40 9,64 1,23 10,52 26,37	263,70 11,74 2,00 10,24 28,41	223,70 8,64 1,30 9,24 26,89	246,10 10,98 1,88 11,64 24,32
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2) 0,70 5,00	(1), (2), (3) 0,54 0,00	(1), (2), (4) 0,18 5,00	(1), (2), (4) 0,58 0,00	(1), (2), (3) 1,23 4,00
TÍZÓRAI	Limonádé	Almalé /Happy Day 100%/	Gyümölcsstea	Ananászlé /Happy Day 100%/	Limonádé
Energia cKal/Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	23,00 0,00 0,00 0,00 5,40	69,00 0,15 0,00 0,15 16,95	18,80 0,00 0,00 0,04 4,21	81,00 0,15 0,00 0,60 18,45	23,00 0,00 0,00 0,00 5,40
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	- 0,00 5,00	- 0,00 0,00	- 0,00 4,00	- 0,00 0,00	- 0,00 5,00
EBÉD	Halas rakott karfiol /Afrikai harcsa/ (1),(2),(8) Banán	Párolt pulykamell Sárgarépa főzelék (1),(2) Körte	Sajtropogós (1),(2) Sóskamártás (1),(2) Főtt burgonya ½ Banán	Csirkepaprikás (1),(2) Szarvacska tészta (1),(3) /Gyermelyi/ Alma	Pulyka aprópecsenye Zöldborsófőzelék (1),(2) Nektarin
Energia cKal/Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	385,80 14,87 2,00 20,11 39,25	304,30 10,89 0,00 15,13 33,94	466,80 14,73 1,36 17,22 64,76	283,70 8,98 1,60 17,38 31,64	353,00 12,83 0,00 22,44 31,68
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (8) 1,20 0,00	(1), (2) 1,47 0,00	(1), (2), (3) 1,69 5,00	(1), (2), (3) 2,05 0,00	(1), (2) 1,47 0,00
UZSONNA	Gyümölcsstea Házi csirkehús krém (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma	Tej (2) Teavaj /Mesés 82%/ (2) Kalács (1),(3)	Gyümölcsstea Metélőhagymás vajkrém /Tolle/ (2) Fehér kenyér (1) Kígyóuborka	Gyümölcsstea Sült paprika krém Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Gyümölcsstea Kaukázusi kefir (2) Kifli (1)
Energia cKal/Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	174,50 4,58 0,95 9,07 21,24	265,40 13,00 0,00 8,18 28,70	147,00 4,02 2,98 3,09 23,54	154,50 1,55 0,00 6,19 24,65	205,10 8,05 0,95 7,23 24,96
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (6) 0,12 4,00	(1), (2), (3) 0,35 0,80	(1), (2) 0,61 4,00	(1) 0,20 4,00	(1), (2) 0,41 4,00

Egysített bölcsődevezető

Bölcsődevezető

Dietetikus

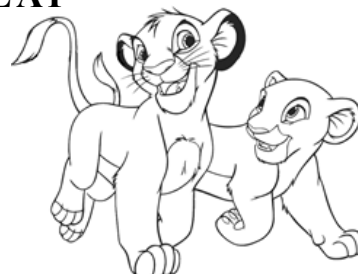
Az étrend (1) glutént, (2) tejet, (3) tojást, (4) szóját, (5) zellert, (6) mustárt, (7) mogorót, (8) halat, (9) dióféléket, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfidot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

23. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Hideg tej (2) Téliszalámi /Pick/ Vénusz margarin Fehér kenyér (1) Paradicsom					Vaníliás tej (2) Halkrém /Rio Mare/ (6),(8) Vizes zsemle (1) Póréhagyma					Tej (2) Főtt virsli /Sága Füstli/ (6) Rozskenyér (1) Ketchup (5)					Hideg tej (2) Álomsonka /Kedvenc Ízek/ Vénusz margarin Teljes kiörlésű kenyér (1) Koktélpáradicsom					Gyümölcsstea Kockasajt /Medve/ (2) Vénusz margarin Kifli (1) Zöldpaprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	333,40	18,99	5,98	13,37	25,66	200,50	9,47	1,65	6,20	22,42	261,50	10,54	2,05	11,33	30,05	230,40	8,94	0,95	12,40	22,97	166,80	7,61	3,55	4,92	18,53
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		1,59	0,00	(1), (2), (6), (8)		0,49	5,00	(1), (2), (6), (5)		1,17	0,00	(1), (2)		0,02	0,00	(1), (2)		0,58	4,00					
TÍZÓRAI	Limonádé					Narancslé /Happy Day 100%/					Gyümölcsstea					Limonádé					Szőlőlé /Sió/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	23,00	0,00	0,00	0,00	5,40	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	18,80	0,00	0,00	0,04	4,21	23,00	0,00	0,00	0,00	5,40	61,50	0,75	0,00	0,00	14,85
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	-		0,00	5,00	-		0,00	0,00	-		0,00	4,00	-		5,00	0,00	-		0,00	0,00					
EBÉD	Párizsis csirkecomb (1),(2),(3) Burgonyapüré (2) Céklasaláta Körte					Gulyásleves (5) Meggyes kevert sütemény (1),(2),(3),(12)					Pulyka apróhús Zöldbabfőzelék (1),(2) Banán					Sertéssült Paradicsomos káposztafőzelék (1) Alma					Sült csirkemell Tökfőzelék (1),(2) Nektarin				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	302,20	10,56	0,04	7,52	42,18	335,30	8,49	0,00	14,83	47,89	306,10	12,52	1,36	15,18	30,48	323,20	15,15	0,00	16,45	27,41	292,20	9,02	1,60	18,26	34,30
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3)		2,30	0,00	(1), (2), (3), (12)		0,49	17,00	(1), (2)		1,00	0,00	(1)		1,48	5,00	(1), (2)		1,49	0,00					
UZSONNA	Gyümölcsstea Magyaros vajkrém (2) Teljes kiörlésű kenyér (1) Vajretek					Gyümölcsstea Kapros túrókrém (2) Kifli (1) Zöldpaprika					Gyümölcsstea Padlizsánkrém (3),(6) Fehér kenyér (1) Kígyóborka					Gyümölcsstea Tojáskrém (3),(6) Teljes kiörlésű kenyér (1) Kaliforniai paprika					Gyümölcsjoghurt /Good Milk/ (2) Vénusz margarin Briós (1),(3)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	180,70	7,37	2,70	5,49	20,16	119,40	2,26	0,40	5,10	18,23	178,80	6,66	2,07	3,35	25,04	202,40	8,93	1,90	7,36	20,51	230,90	6,10	1,70	6,60	35,54
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		0,13	4,00	(1), (2)		0,27	4,00	(1), (3), (6)		0,56	4,00	(1), (3), (6)		0,05	4,00	(1), (2), (3)		0,41	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. Június 14. – Június 18.

GYERMEK ÉTLAP



24. 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	Hideg tej (2) Olasz felvágott /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika					Kakaó /Holland/ (2) Baromfi párizsi krém /Kedvenc Ízek/ (4) Fehér kenyér (1) Paradicsom					Tej (2) Tojáskrém (3),(6) Rozskenyér (1) Póréhagyma					Hideg tej (2) Házi reszelt sajtkrém (2) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tricolor paprika					Macikávét (1),(2) Burgundi sonka /Kedvenc Ízek/ Vénusz margarin Kifli (1) Koktélpáradicsom					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	256,60	12,11	0,95	11,54	22,63	281,40	11,19	2,13	10,27	33,12	270,00	13,06	1,90	10,29	27,91	267,90	12,54	0,95	13,45	22,90	231,90	8,58	1,21	9,69	28,11	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)				0,26	0,00	(1), (2), (4)			0,84	5,00	(1), (2), (3), (6)			0,45	0,00	(1), (2)		0,17	0,00	(1), (2)		0,48	5,08		
TÍZÓRAI	Őszibaracklé /Happy Day/					Multivitamin /Happy Day 100%/					Limonádé					Gyümölcs tea					Limonádé					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	69,00	0,30	0,00	0,75	15,90	27,80	0,00	0,00	0,11	5,62	18,80	0,00	0,00	0,04	4,21	27,80	0,00	0,00	0,11	5,62	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-				0,00	0,00	-			0,00	0,00	-			0,00	5,00	-		0,00	4,00	-		0,00	5,00		
EBÉD	Párolt csirkemell Tejszínes salátafőzelék (1),(2) Alma					Halpogácsa szezámag pehellyel (1),(3),(8),(10) Zelleres burgonyafőzelék (1),(2),(5) Nektarin					Pulykasült Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Banán					Főtt hús Meggymártás (1),(2),(12) Kuszkusz (1) Alma					Sertés aprópecsenye Cukkini főzelék (1),(2) Nektarin					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	214,90	4,80	0,70	20,68	26,50	350,60	10,69	0,00	18,95	44,91	439,80	16,10	0,00	17,38	51,09	484,40	12,56	1,44	19,43	70,39	289,90	13,44	1,36	18,82	33,17	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)				1,98	0,00	(1), (2), (3), (5), (8), (10)					2,03	0,00	(1)		1,97	5,00	(1), (2), (12)			1,51	15,00	(1), (2)		1,49	0,00
UZSONNA	Gyümölcs tea Házi csirkemáj krém (6) Vizes zsemle (1) Csemege uborka					Gyümölcs tea Házi vaníliás túrókrém (2) Bagett (1)					Gyümölcs tea Házi sonkakrém kifli (1),(2),(3),(10) Hónapos retek					Gyümölcs tea Vénusz margarin Vizes zsemle (1) Kígyóuborka					Tej (2) Kukoricapehely					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	145,80	3,84	0,95	5,48	21,64	323,20	8,86	0,90	21,16	37,21	554,00	36,38	0,57	13,80	41,76	120,30	3,24	0,95	2,40	19,94	160,20	4,48	0,00	6,04	23,57	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (6)				1,35	4,00	(1), (2)			0,65	9,00	(1), (2), (3), (10)			2,05	5,38	(1)		0,34	4,00	(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) dióféléket, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfidot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



25. hét

ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Karamellás tej (2) Teavaj /Mesés 82%/ (2) Fonott kalács (1),(3)					Tej (2) Zala felvágott /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Póréhagyma					Tejeskávé (1),(2) Kladnoi sertéskaraj Vénusz margarin Vizes zsemle (1) Paradicsom					Tej (2) Körözött (2) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika					Tej (2) Főtt virsli /Sága Füstli/ (6) Fehér kenyér (1) Ketchup /Heinz/ (5)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	285,90	13,00	0,00	8,18	33,70	251,40	11,35	2,03	11,80	23,10	236,20	8,25	1,21	9,42	29,98	226,20	7,91	0,80	12,52	23,50	280,50	12,22	3,56	12,48	29,25
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3)		0,35	5,80		(1), (2)		0,32	0,00		(1), (2)		0,64	5,08		(1), (2)		0,11	0,00		(1), (2), (5), (6)		1,59	0,00	
TÍZÓRAI	Alma					Gyümölcsstea					Almalé /Happy day 100%/					Banán					Gyümölcsstea				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	25,10	0,00	0,00	0,32	5,67	18,80	0,00	0,00	0,04	4,21	69,00	0,15	0,00	0,15	16,95	57,60	0,00	0,00	0,00	13,29	18,80	0,00	0,00	0,04	4,21
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,00	0,00		-		0,00	4,00		-		0,00	0,00		-		0,00	0,00		-		0,00	4,00	
EBÉD	Sült csirke Kelkáposzta főzelék (1) Banán					Húsgombóc (3) Paradicsommártás (1) Főtt burgonya Körte					Sült csirkecomb Finomfőzelék (1),(2) Banán					Sajtos-brokkolis fasírt (1),(2),(3) Petrezselymes rizs Uborkasaláta Alma					Májfelfújt (1),(3) Karáalábé főzelék (1),(2) Nektarin				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	326,10	10,79	0,00	18,24	35,70	346,50	10,44	0,00	13,86	46,46	234,60	6,25	0,00	5,81	36,31	339,30	13,32	0,10	11,67	40,60	319,70	5,91	1,36	18,55	48,80
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		1,47	0,00		(1), (3)		2,46	2,50		(1), (2)		1,47	0,00		(1), (2), (3)		1,21	0,10		(1), (2), (3)		1,16	0,00	
UZSONNA	Gyümölcsstea Tojáskrém (3),(6) Rozskenyér (1) Vajretek					Gyümölcsstea Philadelphia sajtkrém (2) Kifli (1) Kígyóuborka					Gyümölcsstea Lazac krém /Losos/ (6),(8) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kaliforniai paprika					Házi meggyes gyümölcsjoghurt (2),(12) Vénusz margarin Kifli (1)					Gyümölcsstea Magyaros vajkrém /Alföldi/ (2) Korpás zsemle (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	202,00	8,83	1,90	4,62	24,45	134,00	4,77	0,00	3,56	18,21	161,60	5,23	0,95	5,65	20,06	196,00	6,55	2,75	5,44	27,60	140,70	6,51	2,70	3,06	17,94
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (3), (6)		0,45	4,00		(1), (2)		0,17	4,00		(1), (6), (8)		0,06	4,00		(1), (2), (12)		0,28	4,50		(1), (2)		0,40	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) dióféléket, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfidot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

2021. Június 28. – Július 02.

GYERMEK ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



26. hét

ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Hideg tej (2) Méz Teavaj /Mesés 82%/ (2) Fehér kenyér (1)					Kakaó /Holland/ (2) Prágai sonka /Kométa/ Vénusz margarin Rozskenyér (1) Vajretek					Gyümölcs tea Bundás kenyér (1),(2),(3) /Sütőben sültve/					Tejeskávé (1),(2) Sertés párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Kifli (1) Póréhagyma					Hideg tej (2) Zöldfűszeres vajkrém /Milli/ (2) Vizes zsemle (1) Kóktélpáradicsom				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	261,90	12,20	0,28	7,50	29,55	287,60	10,99	1,37	12,39	34,33	246,10	10,98	1,88	11,64	24,32	246,00	10,36	2,00	8,93	28,39	199,70	8,46	2,70	7,11	23,83
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		0,52	3,50		(1), (2)		0,78	5,00		(1), (2), (3)		1,23	4,00		(1), (2), (4)		0,18	5,00		(1), (2)		0,41	0,00	
TÍZÓRAI	Gyümölcs tea					Banán					Ananászlé /Happy Day 100%/					Alma					Gyümölcs tea				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	18,80	0,00	0,00	0,04	4,21	57,60	0,00	0,00	0,00	13,29	81,00	0,15	0,00	0,60	18,45	25,10	0,00	0,00	0,32	5,67	18,80	0,00	0,00	0,04	4,21
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,00	4,00		-		0,00	0,00		-		0,00	0,00		-		0,00	0,00		-		0,00	4,00	
EBÉD	Köményes sertéssült Zöldborsófőzelék (1),(2) Banán					Csirkeragu leves (5) Barackos pite (1),(2),(3)					Fokhagymás pulykasült Parajfőzelék (1),(2) Alma					Svájci rakott burgonya /Prágai sonka/ (1),(2),(3) Banán					Tojásos csirkemáj ropogós (1),(3) Brokkoli főzelék (1),(2) Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	340,70	11,52	0,00	21,11	31,29	381,00	10,02	1,92	18,58	51,95	354,80	17,47	0,00	19,88	22,84	385,50	13,88	1,20	20,86	42,67	243,70	5,37	0,13	16,24	30,64
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		0,98	0,00		(1), (2), (3), (5)		1,01	12,25		(1), (2)		1,97	0,00		(1), (2), (3)		0,72	0,00		(1), (2), (3)		1,67	0,00	
UZSONNA	Gyümölcs tea Borjú párizsi krém /Pick/ (4) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kaliforniai paprika					Gyümölcs tea Sült paprika krém Fehér kenyér (1)					Tej (2) Csavart májas rúd (1),(2),(3),(4),(6)					Gyümölcs tea Házi pulykahús krém (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika					Gyümölcs tea Körözött (2) Fehér kenyér (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	187,90	7,59	2,24	6,97	20,04	140,50	0,15	0,28	3,79	28,37	264,90	17,05	1,42	10,29	16,65	181,60	5,94	0,95	8,51	20,40	145,40	2,27	1,08	5,62	24,11
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (4)		0,35	4,00		(1)		0,72	4,00		(1), (2), (3), (4), (6)		0,96	0,00		(1), (6)		0,14	4,00		(1), (2)		0,63	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) dióféléket, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfidot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!