

2021. Szeptember 06. – Szeptember 10.

# GYERMEK ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

36. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
<b>REGGELI</b>	Kakaó /Holland/ (2) Zala felvágott /Kométa/ Vénusz margarin Fehér kenyér (1) Póréhagyma	Tej (2) Snidlinges tojáskrém (3) Bagett (1) Zöldpaprika	Hideg tej (2) Álomsonka /Kedvenc Ízek/ Vénusz margarin Zsemle (1) Kígyóuborka	Gyümölcs tea Natúr vajkrém /Milli/ (2) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Fürtös paradicsom	Citromos tea Sült paprikakrém Fehér kenyér (1)
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	271,60   10,15   1,77   10,25   33,95	273,20   10,46   0,95   11,49   33,67	227,40   9,14   0,95   11,06   25,57	150,40   3,94   0,00   5,33   19,45	134,50   0,11   0,28   3,51   27,29
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)   0,70   5,00	(1), (2), (3)   0,71   0,00	(1), (2)   0,34   0,00	(1), (2)   0,00   4,00	(1)   0,72   4,00
<b>TÍZÓRAI</b>	Csipkebogyó tea	Gyümölcs tea	Multivitamin /HohesC 100%/	Limonádé	Almalé /Happy Day 100%/
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	22,90   0,00   0,00   0,04   5,21	18,80   0,00   0,00   0,04   4,21	69,00   0,15   0,00   0,15   18,00	27,80   0,00   0,00   0,11   5,62	69,00   0,15   0,00   0,15   16,95
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-   0,00   5,00	-   0,00   4,00	-   0,00   0,00	-   0,00   5,00	-   0,00   0,00
<b>EBÉD</b>	Hal rudacska /Frosta/ (1),(8) Burgonyapüré (2) Szilva	Vagdalt szelet (1),(3) Paradicsomos zöldbabfőzelék (1) Banán	Sertéspörkölt Sóskamártás ½ (1),(2) Főtt burgonya ½ Öszibarack	Vadas pulykasült (1),(2),(5),(6) Szarvacskás tészta /Gyermelyi/ (1),(3) Alma	Tojáslepény (3) Mexikói főzelék (1),(2) Banán
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	362,10   14,77   0,54   12,07   43,13	371,40   14,07   0,00   14,98   43,47	327,10   15,65   0,00   17,75   22,92	390,90   12,59   1,60   19,94   47,19	312,30   11,80   0,00   10,09   37,32
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (8)   1,71   0,00	(1), (3)   1,25   1,00	(1), (2)   1,47   0,00	(1), (2), (3), (5), (6)   2,98   3,00	(1), (2), (3)   1,47   0,00
<b>UZSONNA</b>	Gyümölcs tea Vaníliás krémtúró /Milli/ (2) Vénusz margarin Kifli (1)	Citromos tea Házi csirkemáj krém (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tricolor paprika	Gyümölcs tea Házi pulykapástétom (6) Fehér kenyér (1) Sörretek	Hideg tej (2) Borjú párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Bagett (1) Kígyóuborka	Vaníliás tej (2) Teavaj /Mesés 82%-os/ (2) Kalács (1),(3)
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	267,50   8,05   0,95   9,93   37,71	176,90   5,04   0,95   8,40   21,41	166,60   4,50   1,23   6,11   23,76	287,10   12,13   2,24   11,17   33,42	313,90   14,40   0,00   9,68   36,05
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)   0,33   4,00	(1), (6)   1,02   4,00	(1), (6)   0,66   4,00	(1), (2), (4)   0,95   0,00	(1), (2), (3)   0,35   5,80

Egyesített bölcsődevezető

Bölcsődevezető

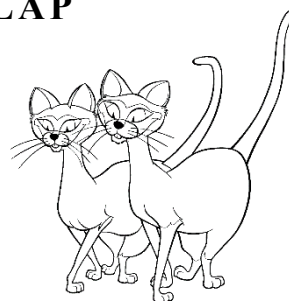
Dietetikus

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) csillagfűt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

Az étlapp módosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



37. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
<b>REGGELI</b>	Tejeskávé (1),(2) Debreceni sonkakrém /Kedvenc Ízek/ Zsemle (1) Zöldpaprika					Csipkebogyótea Kapos túrókrém (2) Fehér kenyér (1) Fürtös paradicsom					Gyümölcs tea Sertés párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Kifli (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Borjómájás /Pick/ (2),(4) Bagett (1) Jégcsapretek					Kakaó /Holland/ (2) Natúr vajkrém /Milli/ (2) Fehér kenyér (1) Kígyóborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	231,10	7,62	1,01	9,27	31,16	143,10	1,69	0,68	5,24	24,31	150,60	6,14	2,00	4,36	18,30	261,30	9,10	1,30	10,77	34,21	247,90	8,12	0,28	9,07	33,62
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		0,68	5,00	(1), (2)		0,62	5,00	(1), (4)		0,18	4,00	(1), (2), (4)		0,78	0,00	(1), (2)		0,52	5,00					
<b>TÍZÓRAI</b>	Körtelék /Happy Day/					Csipkebogyótea					Narancslé /HohesC 100%/					Limonádé					Citromos tea				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	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	27,80	0,00	0,00	0,11	5,62	18,80	0,00	0,00	0,04	4,21
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	4,00					
<b>EBÉD</b>	Csöbentsült karfiol /Csirkemell/ (1),(2),(3) Banán					Pulyka apróhús Sárgarépa főzelék (1),(2) Szilva					Tojásropogós (1),(2),(3) Parajfőzelék (1),(2) Vilmoskörte					Magyaros kiskagyló (1),(3) /Gyermelyi/ Csemege uborka /Bonduelle/ (6) Alma					Sajtfelfújt (1),(2),(3) Zöldborsófőzelék (1),(2) Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	354,00	15,16	0,80	22,30	29,94	300,60	12,97	1,60	14,90	28,61	437,80	13,08	1,36	16,53	63,74	286,60	10,48	0,00	15,70	29,52	370,20	11,99	0,00	18,41	42,11
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3)		1,16	0,00	(1), (2)		0,61	0,00	(1), (2), (3)		2,25	5,00	(1), (3), (6)		0,49	0,00	(1), (2), (3)		1,09	0,00					
<b>UZSONNA</b>	Gyümölcs tea Házi pulykahús krém (6) Teljes kiörlésű kenyér (1) Vajretek					Tej (2) Teavaj /Mesés 82%/ (2) Molnárka (1),(3)					Hideg tej (2) Almás-diós kevert sütemény (1),(3),(9)					Csipkebogyótea Lazacpástétom /Losos/ (1),(2),(5),(6),(8) Fehér kenyér (1) Póréhagyma					Gyümölcs tea Sonka szelet /Kedvenc Ízek/ Vénusz margarin Zsemle (1) Koktélparadicsom				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	180,80	5,90	0,95	8,41	20,18	336,60	16,60	0,00	11,40	31,45	428,20	16,62	0,00	10,25	49,67	152,50	3,91	1,23	3,35	24,70	136,00	3,38	1,00	4,78	21,16
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (6)		0,14	4,00	(1), (2), (3)		0,00	0,00	(1), (2), (3), (9)		0,00	21,00	(1), (2), (5), (6), (8)		0,58	5,00	(1)		0,74	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) csillagfűt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

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>	Hideg tej (2) Tojáskrém (3),(6) Fehér kenyér (1) Fürtös paradicsom					Vaníliás tej (2) Halkrém /Rio Mare/ (6),(8) Zsemle (1) Póréhagyma					Tej (2) Álomsonka /Kedvenc Ízek/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kápia paprika					Hideg tej (2) Sárgabarack lekvár Vénusz margarin Fehér kenyér (1)					Gyümölcs tea Kockasajt /Sajtmester/ (2) Kifli (1) Zöldpaprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	280,20	13,13	2,18	10,66	28,42	273,30	13,11	1,65	10,10	28,53	259,80	10,34	0,95	13,98	25,60	250,00	8,62	1,23	8,67	34,24	145,00	5,21	3,00	4,72	18,67
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3), (6)		0,57	0,00		(1), (2), (6), (8)		0,49	5,00		(1), (2)		0,02	0,00		(1), (2)		0,54	0,00		(1), (2)		0,67	4,00	
<b>TÍZÓRAI</b>	Őszibaracklé /Happy Day/					Csipkebogyótea					Almalé /HohesC 100%/					Gyümölcs tea					Citromos tea				
Energia cKal./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	69,00	0,15	0,00	0,15	16,95	18,80	0,00	0,00	0,04	4,21	18,80	0,00	0,00	0,04	4,21
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,00	0,00		-		0,00	5,00		-		0,00	0,00		-		0,00	4,00		-		0,00	4,00	
<b>EBÉD</b>	Párizsi csirkecomb (1),(2),(3) Burgonyapüré (2) Céklasaláta Körte					Csirkemáj ropogós (1),(3) Zöldbabfőzelék (1),(2) Alma					Pulyka apróhús Kínai kel főzelék (1) Banán					Stefánia vagdalt (1),(3) Tökfőzelék (1),(2) Alma					Rakott brokkoli (1),(2),(3) /Csirkemell/ Szilva				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	320,00	10,54	0,00	7,35	46,87	245,70	5,24	1,36	15,37	33,77	325,30	14,96	0,00	14,09	30,08	339,90	13,42	1,60	16,53	37,31	223,90	5,39	1,70	15,63	25,50
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3)		2,08	3,00		(1), (2), (3)		1,16	0,00		(1)		0,98	0,00		(1), (2), (3)		1,56	0,00		(1), (2), (3)		0,14	0,00	
<b>UZSONNA</b>	Gyümölcs tea Magyaros vajkrém (2) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Vajretek					Gyümölcs tea Körözött (2) Fehér kenyér (1) Zöldpaprika					Gyümölcs tea Padlizsánkrém (3),(6) Bagett (1)					Gyümölcs tea Sonka szelet /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Fürtös paradicsom					Gyümölcsjoghurt /Good Milk/ (2) Vénusz margarin Briós (1),(3)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	161,70	5,42	2,70	5,38	19,91	147,00	2,31	1,08	5,66	24,37	200,00	7,00	1,79	3,87	29,90	166,70	4,89	1,13	7,76	19,12	144,00	4,20	1,70	4,20	21,00
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		0,10	4,00		(1), (2)		0,63	4,00		(1), (3), (6)		0,64	4,00		(1)		0,29	4,00		(1), (2), (3)		0,17	0,00	

Egyesített bölcsődevezető

Bölcsődevezető

Dietetikus

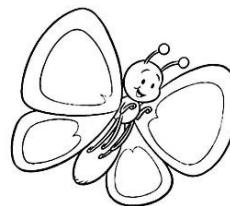
Az étrend (1) glutént, (2) tejet, (3) tojást, (4) szóját, (5) zellert, (6) mustárt, (7) mogorót, (8) halat, (9) dióféléket, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfidot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

39. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
<b>REGGELI</b>	Hideg tej (2) Olasz felvágott /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika	Kakaó /Holland/ (2) Teavaj /Mesés 82%/ (2) Fehér kenyér (1) Fűtős paradicsom	Tej (2) Tojáskrém (3),(6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Póréhagyma	Hideg tej (2) Házi reszelt sajtkrém (2) Zsemle (1) Kaliforniai paprika	Csipkebogyótea Zala felvágott /Kométa/ Vénusz margarin Bagett (1) Paradicsom
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	284,60   13,51   0,95   13,04   24,98	298,50   13,64   0,28   9,02   32,93	295,60   14,54   1,90   13,39   25,62	267,80   12,76   0,95   12,19   26,04	184,20   4,90   1,49   4,68   29,04
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)     0,26   0,00	(1), (2)     0,52   5,00	(1), (2), (3), (6)     0,05   0,00	(1), (2)     0,49   0,00	(1)     0,78   5,00
<b>TÍZÓRAI</b>	Narancslé /Happy Day 100%/	Csipkebogyótea	Multivitamin /HohesC 100%/	Gyümölcs tea	Citromos tea
Energia cKal./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	69,00   0,15   0,00   0,15   16,95	18,80   0,00   0,00   0,04   4,21	18,80   0,00   0,00   0,04   4,21
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-     0,00   0,00	-     0,00   5,00	-     0,00   0,00	-     0,00   4,00	-     0,00   4,00
<b>EBÉD</b>	Halpogácsa szezámmag pehellyel (1),(3),(8),(10) Zellerfőzelék (1),(2),(5) Alma	Zöldborsós csirkemáj rizottó /Reszelt sajt/ (2) Körte	Egyben sült sertéscomb Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Banán	Főtt pulykamell Meggymártás (1),(2),(12) Kuskusz (1)	Sertés aprópecsenye Karfiolfőzelék (1),(2) Alma
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	332,90   11,59   1,45   17,77   37,81	318,50   9,91   0,00   18,53   34,31	417,80   15,05   0,00   17,00   49,42	465,90   13,40   1,44   18,81   64,72	276,40   13,07   1,60   16,79   20,13
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3), (5), (8), (10)   2,05   0,00	(2)     1,08   0,00	(1)     1,97   5,00	(1), (2), (12)   2,00   15,00	(1), (2)   1,00   0,00
<b>UZSONNA</b>	Gyümölcs tea Házi sertés húskrém (6) Kifli (1) Lilahagyma	Gyümölcs tea Házi vaníliás túrókrém (2) Bagett (1)	Gyümölcs tea Házi sonkakrém kifli (1),(2),(3),(10) Hónapos retek	Gyümölcs tea Baromfi párizsi krém /Kedvenc Ízek/ (4) Fehér kenyér (1) Kigyóuborka	Tej (2) Kukoricapehely /Corn Flakes/
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	150,90   4,82   0,95   5,81   19,66	346,70   12,40   2,31   20,07   36,39	566,30   37,99   0,17   14,67   41,29	165,50   5,57   2,13   4,49   23,19	188,20   5,88   0,00   7,54   25,92
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (6)     1,19   4,00	(1), (2)     0,63   9,00	(1), (2), (3), (10)   1,95   5,38	(1), (4)     0,84   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) csillagfűt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!