

2021. Október 04. – Október 08.

GYERMEK ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



40. hét



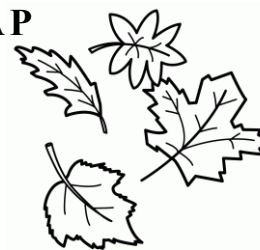
ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
<b>REGGELI</b>	Kakaó /Holland/ (2) Zala felvágott /Kométa/ Vénusz margarin Fehér kenyér (1) Paradicsom	Tej (2) Snidlinges tojáskrém (3) Bagett (1) Zöldpaprika	Gyümölcsstea Álomsonka /Kedvenc Ízek/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka	Hideg tej (2) Natúr vajkrém /Milli/ (2) Teljes kiőrlésű zsemle (1) Póréhagyma	Citromos tea Sült paprikakrém Fehér kenyér (1)
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	285,50   11,17   2,04   10,87   33,57	273,20   10,46   0,95   11,49   33,67	163,20   4,72   0,95   7,94   19,70	281,50   11,65   0,00   11,58   33,89	134,70   0,11   0,28   3,51   27,33
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)   0,78   5,00	(1), (2), (3)   0,71   0,00	(1)   0,02   4,00	(1), (2)   0,18   0,00	(1)   0,72   4,00
<b>TÍZÓRAI</b>	Citromos tea	Gyümölcsstea	Narancslé /HohesC 100%/	Csipkebogyótea	Almalé /Happy Day 100%/
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	22,90   0,00   0,00   0,04   5,21	19,10   0,00   0,00   0,04   4,25	64,50   0,75   0,00   1,05   13,20	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   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	Főtt csirkemell Almamártás (1),(2) Kuszkusz (1)	Sült pulykamell Parajfőzelék (1),(2) Körte	Gulyásleves /Sertéscomb/ (5) Túrós pite (1),(2),(3) Alma	Vagdalt szelet (1),(3) Paradicsomos káposztafőzelék (1) Banán
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	362,10   14,77   0,54   12,07   43,13	425,30   14,40   2,14   19,61   49,72	336,10   16,40   0,00   17,23   24,20	346,90   12,42   1,28   21,62   33,97	383,50   14,16   0,00   14,05   46,84
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (8)   1,71   0,00	(1), (2)   2,03   6,00	(1), (2)   1,97   0,00	(1), (2), (3), (5)   0,50   2,10	(1), (3)   0,76   5,00
<b>UZSONNA</b>	Gyümölcsstea Vaníliás krémtúró /Milli/ (2) Vénusz margarin Kifli (1)	Citromos tea Baromfi párizsi krém /Kedvenc Ízek/ Teljes kiőrlésű kenyér (1) Vajretek	Gyümölcsstea Házi reszelt sajtkrém (2) Fehér kenyér (1) Fürtös paradicsom	Tej (2) Gabonapehely (1) /Cornexi/	Hideg tej (2) Házi csirkemáj krém (6) Bagett (1) Savanyú káposzta
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	255,80   7,59   1,04   9,33   35,90	180,50   6,97   1,85   6,83   19,55	188,20   6,94   1,23   6,41   22,89	197,80   8,00   0,00   7,52   23,40	278,20   9,60   0,95   12,70   35,12
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)   0,26   9,00	(1), (4)   0,32   4,00	(1), (2)   0,69   4,00	(1), (2)   0,16   0,00	(1), (2), (6)   1,62   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!



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>	Tejeskávé (1),(2) Debreceni sonkakrém /Kedvenc Ízek/ Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika					Tej Kapros túrókrém (2) Fehér kenyér (1) Fürtös paradicsom					Hideg tej (2) Sertés párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Kifli (1) Jégcsapretek					Tej (2) Borjómájás /Pick/ (2),(4) Bagett (1) Kaliforniai paprika					Gyümölcsstea Lazacpástétom /Losos/ (1),(2),(5),(6),(8) Zsemle (1) Koktélpáradicsom				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	259,80	8,81	1,01	12,11	30,45	232,20	7,29	0,68	11,20	28,50	243,40	11,74	2,00	10,30	23,48	261,70	9,10	1,30	10,80	34,22	273,70	17,55	0,95	7,84	20,53
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		0,36	5,00		(1), (2)	0,62	0,00			(1), (2), (4)	0,18	0,00			(1), (2), (4)	0,78	0,00			(1), (2), (5), (6), (8)	0,71	4,00		
<b>TÍZÓRAI</b>	Őszibaracklé /Happy Day/					Citromos tea					Multivitamin /HohesC 100%/					Csipkebogyótea					Gyümölcsstea				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	19,10	0,00	0,00	0,04	4,25	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	22,90	0,00	0,00	0,04	5,21	19,10	0,00	0,00	0,04	4,25
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,00	0,00		-	0,00	4,00			-	0,00	0,00			-	0,00	5,00			-	0,00	4,00		
<b>EBÉD</b>	Csöbenschült brokkoli /Sertéscomb/ (1),(2),(3) Alma					Csirkepaprikás (2) Kiskagyló tészta /Gyermelyi/ (1),(3) Körte					Pulykapecsenye Sütőtökfőzelék (1),(2) Szőlő					Zabpelyhes húsgombóc /Sertéscomb/ (1),(3) Karatlábé főzelék (1),(2) Starking alma					Tojásfelfújt (1),(2),(3) Mexikói főzelék (1),(2) Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	312,60	14,70	1,35	19,86	22,74	383,20	11,31	1,60	20,98	46,29	358,30	11,94	0,00	15,44	44,46	297,60	7,29	1,36	17,60	38,45	363,10	10,69	0,00	12,64	51,30
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3)		1,16	0,00		(1), (2), (3)	1,00	0,00			(1), (2)	1,47	0,00			(1), (2), (3)	1,49	0,00			(1), (2), (3)	1,16	0,00		
<b>UZSONNA</b>	Gyümölcsstea Diós sajtkrém (2),(9) /Magyar trappista sajt/ Bagett (1)					Tej (2) Sárgabaracklekvár /Univer/ Vénusz margarin Fehér kenyér (1)					Gyümölcsstea Cukkini krém (3),(6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Vajretek					Gyümölcsstea Soproni felvágott /Kométa/ Vénusz margarin Fehér kenyér (1) Póréhagyma					Kakaó /Holland/ (2) Magyaros vajkrém /Milli/ (2) Fehér kenyér (1) Kígyóborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	283,80	11,56	1,90	8,64	28,67	246,20	8,61	1,23	8,66	32,60	195,60	8,05	1,35	6,10	23,74	181,00	6,35	1,23	4,78	24,00	260,60	9,62	2,98	9,00	33,78
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (9)		0,83	4,00		(1), (2)	0,54	0,00			(1), (3), (6)	0,60	4,00			(1)	0,72	4,00			(1), (2)	0,62	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!

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



42. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
<b>REGGELI</b>	Citromos tea Kemencés karaj /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Fürtös paradicsom					Vaníliás tej (2) Tonhalkrém /Rio Mare/ (6),(8) Zsemle (1) Póréhagyma					Gyümölcsstea Körözött (2) Fehér kenyér (1) Kápia paprika					Hideg tej (2) Erdei gyümölcslekvár /Univer/ Vénusz margarin Fehér kenyér (1)					Gyümölcsstea Kockasajt /Medve/ (2) Kifli (1) Zöldpaprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	166,90	4,89	1,13	7,76	19,16	273,30	13,11	1,65	10,10	28,53	149,30	2,29	1,08	5,70	24,89	250,50	8,60	1,23	8,60	33,70	140,00	4,61	2,60	4,92	18,57
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		0,29	4,00	(1), (2), (6), (8)	0,49	5,00	(1), (2)	0,63	4,00	(1), (2)	0,54	0,00	(1), (2)	0,57	4,00									
<b>TÍZÓRAI</b>	Narancslé /Happy Day 100%/					Csipkebogyótea					Almalé /HohesC 100%/					Gyümölcsstea					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	64,50	0,00	0,00	0,00	15,00	19,10	0,00	0,00	0,04	4,25	19,10	0,00	0,00	0,04	4,25
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,00	0,00	-	0,00	5,00	-	0,00	0,00	-	0,00	0,00	-	0,00	4,00	-	0,00	4,00	-	0,00	4,00			
<b>EBÉD</b>	Sertés aprópecsenye Zöldséges köles Körte					Reszelt sajt (2) Sárgarépa főzelék (1),(2) Alma					Csirkemáj ropogós (1),(3) Zöldbabfőzelék (1),(2) Szilva					Svájci rakott burgonya /Csirkemell/ (1),(2),(3) Alma					Pulyka fasírt (1),(3) Tökfőzelék (1),(2) Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	391,50	16,01	0,00	17,49	40,02	243,20	9,01	0,00	11,99	27,52	262,90	5,24	1,36	15,76	37,28	364,20	13,98	1,20	23,65	35,11	336,30	12,57	1,60	13,86	39,36
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		1,47	0,00	(1), (2)	0,79	0,00	(1), (2), (3)	1,16	0,00	(1), (2), (3)	0,72	0,00	(1), (2), (3)	1,59	0,00									
<b>UZSONNA</b>	Hideg tej (2) Tojáskrém (3),(6) Fehér kenyér (1) Fürtös paradicsom					Tej (2) Álomsonka /Kedvenc Ízek/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Sörretek					Gyümölcsstea Padlizsánkrém (3),(6) Bagett (1)					Gyümölcsstea Zöldfűszeres vajkrém /Milli/ (2) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Vajretek					Házi barackos joghurt (2) Vénusz margarin Briós (1),(3)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	280,20	13,13	2,18	10,66	28,42	256,80	10,32	0,95	13,94	24,76	200,20	7,00	1,79	3,87	29,94	180,50	7,32	1,35	5,51	20,13	100,30	6,01	2,75	3,34	8,17
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3), (6)		0,57	0,00	(1), (2)	0,02	0,00	(1), (3), (6)	0,64	4,00	(1), (2)	0,10	4,00	(1), (2), (3)	0,12	1,00									

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. Október 25. – Október 29.

GYERMEK ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

43. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK					
<b>REGGELI</b>	Hideg tej (2) Olasz felvágott /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika					Gyümölcs tea Teavaj /Mesés 82%/ (2) Fehér kenyér (1) Koktélparadicsom					Kakaó /Holland/ (2) Tojáskrém (3),(6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka					Hideg tej (2) Házi reszelt sajtkrém (2) Zsemle (1) Póréhagyma					Gyümölcs tea Csemege karaj /Gála/ Vénusz margarin Bagett (1) Fürtös paradicsom					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	284,60	13,51	0,95	13,04	24,98	185,10	8,04	0,28	3,24	23,50	312,50	14,51	1,90	13,24	29,96	267,80	12,76	0,95	12,26	25,95	176,50	3,85	1,15	5,93	28,23	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		0,26	0,00		(1), (2)		0,52	4,00		(1), (2), (3), (6)			0,05	5,00		(1), (2)		0,49	0,00		(1)	0,92	4,08		
<b>TÍZÓRAI</b>	Ananászlé /Happy Day 100%/					Csipkebogyó tea					Multivitamin /HohesC 100%/					Gyümölcs tea					Citromos tea					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	81,00	0,15	0,00	0,60	18,45	22,90	0,00	0,00	0,04	5,21	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	19,10	0,00	0,00	0,04	4,25	19,10	0,00	0,00	0,04	4,25	
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>	Rakott halas hercegnő burgonya (2),(8) Alma					Sertés aprópecsenye Karfiolfőzelék (1),(2) Körte					Főtt pulykamell Meggymártás (1),(2),(12) Kuszkus (1)					Tarhonyás hús (1),(3) /Gyermelyi/ Céklasaláta /Házi/ Banán					Vagdalt csirkegolyó (1),(3) Finomfőzelék (1),(2) Alma					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	324,60	16,83	0,00	12,96	29,95	293,40	13,07	1,60	16,79	24,18	465,90	13,40	1,44	18,81	64,72	361,70	9,81	0,25	15,91	48,43	311,00	7,35	0,00	18,36	41,31	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(2), (8)			1,04	0,00		(1), (2)		1,00	0,00		(1), (2), (12)		2,00	15,00		(1), (3)		1,38	0,00		(1), (2), (3)		0,75	0,00	
<b>UZSONNA</b>	Gyümölcs tea Házi csirkehús pástétom (6) Kifli (1) Lilahagyma					Citromos tea Kenőmájás /Pick/ (2),(4) Bagett (1) Vajretek					Hideg tej (2) Vaníliás zabkása (1),(2)					Gyümölcs tea Borjú párizsi krém /Pick/ (4) Fehér kenyér (1) Sörretek					Tej (2) Fahéjas flakes /Cornexi/ (1)					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	141,70	3,73	0,95	6,32	19,40	166,00	3,48	1,30	4,70	28,37	293,70	11,16	0,00	13,38	34,25	171,10	6,17	2,52	4,53	22,96	197,80	8,00	0,00	7,52	23,40	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (6)		0,28	4,00		(1), (2), (4)		0,78	4,00		(1), (2)		0,00	5,00		(1), (4)		0,87	4,00		(1), (2)		0,16	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!