

Az étlapp módosítás jogát fenntartjuk!

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

Egysített Bölcsődevezető

01. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK						
REGGELI	Hideg tej /Magyar 2,8%/ (2) Teavaj /Mesés 82%-os/ Márványkalács (1),(3)					Citromos tea Borjú párizsi krém /Vénusz, Pick/ (4) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Vajretek					Csipketea Álomsonka /Kedvenc Ízek/ Vénusz margarin /Tipegő: Sonkakrém/ Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka					Gyümölcsstea Házi reszelt sajtkrém (2) Fehér kenyér (1) Koktélpáradicsom					Citromos tea Bundás kenyér (1),(2),(3) /Tepsiben sütve/ /Tipegő: Snidlinges tojáskrém (3), Fehér kenyér (1)/						
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	293,40	14,40	0,00	9,68	31,05	185,10	7,57	2,24	6,83	19,34	173,10	4,99	0,95	8,74	20,66	187,90	6,94	1,23	6,59	23,57	246,10	10,98	1,88	11,64	24,32		
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3)			0,35	0,80	(1), (4)		0,35	4,00		(1)		0,24	5,00		(1), (2)		0,69	4,00		(1), (2), (3)		1,23	4,00			
TÍZÓRAI	Citromos tea					Gyümölcsstea					Narancslé /HohesC 100%/					Csipkebogyótea					Almalé /Happy Day 100%/						
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	18,80	0,00	0,00	0,04	4,21	18,80	0,00	0,00	0,04	4,21	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		
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-			0,00	4,00	-		0,00	4,00		-		0,00	0,00		-		0,00	5,00		-		0,00	0,00			
EBÉD	Rakott halas hercegnő burgonyapüré (2),(8) /Tipegő: Párolt halfilé (8), Burgonyapüré (2)/ Narancs /Tipegő: Banán/					Sült csirkemell Céklafőzelék (1),(2) Alma					Sajtfelfújt (1),(2),(3) Parajfőzelék (1),(2) Alma/Mangó					Gulyásleves /Borjúcomb/ (5) Ízes palacsinta (1),(2),(3) /Tipegő: Borjú apróhús, Kertész főzelék (1),(2),(5)/ Alma					Vagdalt szelet (1),(3) Paradicsomos káposztafőzelék (1) Banán						
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	332,70	16,83	0,00	12,80	31,16	250,40	7,06	0,00	17,44	27,42	396,80	17,34	0,00	17,57	40,56	358,50	13,00	0,00	13,70	43,42	383,50	14,16	0,00	14,05	46,84		
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(2), (8)			1,04	0,00	(1), (2)		1,47	0,00		(1), (2), (3)		1,58	0,00		(1), (2), (3), (5)			0,59	5,00		(1), (3)		0,76	5,00		
UZSONNA	Gyümölcsstea Zala felvágott /Kométa/ Vénusz margarin /Tipegő: Zalai krém/ Fehér kenyér (1) Paradicsom					Tej /Magyar 2,8%/ (2) Snidlinges tojáskrém (3) Bagett (1) Zöldpaprika					Hideg tej /Magyar 2,8%/ (2) Házi csirkemáj krém (6) Zsemle /Tipegő: Kenyér/ (1) Savanyú káposzta					Gyümölcsstea Kefir (2) Kifli /Tipegő: Kenyér/ (1)					Hideg tej /Magyar 2,8%/ (2) Natúr vajkrém /Milli/ (2) Bagett (1) Lilahagyma						
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	166,20	5,29	2,04	4,61	22,91	273,20	10,46	0,95	11,49	33,67	239,90	9,46	0,95	11,54	26,91	205,10	8,05	0,95	7,23	24,96	268,20	9,98	0,00	9,77	35,00		
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)			0,78	4,00	(1), (2), (3)			0,71	0,00		(1), (2), (6)			1,35	0,00		(1), (2)		0,41	4,00		(1), (2)		0,66	0,00	

Egysített 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 étlappódsítás jogát fenntartjuk!

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

Egysített Bölcsődevezető



02. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	Tejeskávé (1),(2) Debreceni sonkakrém /Kedvenc Ízek/ Teljes kiörlésű kenyér (1) Zöldpaprika	Csipketea Tonhalkrém /Rio Mare/ (6),(8) Fehér kenyér (1) Fürtös paradicsom	Hideg tej /Magyar 2,8%/ (2) Sertés párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin /Tipegő: Párizsi krém/ Teljes kiörlésű kenyér (1) Zöldpaprika	Tej /Magyar 2,8%/ (2) Borjómájás /Pick/ (2),(4) Bagett (1) Kaliforniai paprika	Gyümölcsstea Kapros túrókrém (2) Zsemle /Tipegő: Kenyér/ (1) Koktélpáradicsom
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	259,80 8,81 1,01 12,11 30,45	205,10 8,69 1,93 5,75 23,78	274,90 12,61 2,00 13,04 24,89	261,70 9,10 1,30 10,80 34,22	124,30 1,91 0,40 4,98 21,02
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2) 0,36 5,00	(1), (6), (8) 0,69 5,00	(1), (2), (4) 0,02 0,00	(1), (2), (4) 0,78 0,00	(1), (2) 0,43 4,00
TÍZÓRAI	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	18,80 0,00 0,00 0,04 4,21	69,00 0,15 0,00 0,15 18,00	22,90 0,00 0,00 0,04 5,21	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 5,00	- 0,00 4,00
EBÉD	Párolt pulykamell Sütőtököfőzelék (1),(2) Alma	Sertéspörkölt Kiskagyló tészta (1),(3) /Tipegő: Sertés apróhús, Finomfőzelék (1),(2)/ Mandarin /Tipegő: Banán/	Zabpelyhes húsgombóc /Sertéscomb/ (1),(3) Paradicsomszós (1) Főtt burgonya Alma	Csöbenschült brokkoli /Pulykamell/ (1),(2),(3) /Tipegő: Pulyka apróhús, Brokkoli főzelék (1),(2)/ Alma/Kiwi	Tojásfelfújt (1),(2),(3) Mexikói főzelék (1),(2) Banán
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	336,10 11,96 0,00 15,57 38,97	342,20 12,38 0,00 18,59 43,89	259,50 4,12 0,00 13,97 39,86	293,80 13,62 1,75 18,14 21,61	363,10 10,69 0,00 12,64 51,30
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2) 1,97 0,00	(1), (3) 0,49 0,00	(1), (3) 1,97 0,00	(1), (2), (3) 1,16 0,00	(1), (2), (3) 1,16 0,00
UZSONNA	Gyümölcsstea Diós sajtkrém (2),(9) /Magyar trappista sajt/ Bagett (1)	Gyümölcsstea Soproni felvágott /Kométa/ Vénusz margarin /Tipegő: Soproni krém/ Fehér kenyér (1) Póréhagyma	Tej /Magyar 2,8%/ (2) Vénusz margarin Briós (1),(3)	Tej /Magyar 2,8%/ (2) Erdei lekvár /Univer/ Vénusz margarin Fehér kenyér (1)	Tej /Magyar 2,8%/ (2) Magyaros vajkrém /Milli/ (2) Bagett (1) Kígyóuborka
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	256,50 8,56 0,95 8,64 28,63	180,80 6,35 1,23 4,78 23,96	139,00 8,60 0,95 6,00 9,40	250,50 8,60 1,23 8,60 33,70	290,20 12,48 2,70 10,00 34,56
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (9) 0,82 4,00	(1) 0,72 4,00	(1), (2), (3) 0,02 0,00	(1), (2) 0,54 0,00	(1), (2) 0,70 0,00

Egysített 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!

2022. Január 17. – Január 21.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

03. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	Citromos tea Kemencés karaj /Kométa/ Vénusz margarin /Tipegő: Karajkrém/ Teljes kiőrlésű kenyér (1) Fürtös paradicsom	Vaníliás tej (2) Téliszalámi Vénusz margarin /Tipegő: Szalámi krém/ Zsemle /Tipegő: Kenyér/ (1) Póréhagyma	Tej /Magyar 2,8%/ (2) Padlizsánkrém (3),(6) Fehér kenyér (1) Kápia paprika	Citromos tea Álomsonka /Kedvenc Ízek/ Vénusz margarin /Tipegő: Sonkakerém/ Teljes kiőrlésű kenyér (1) Sörretek	Gyümölcsstea Virsli /Sága Füstli/ (6) Fehér kenyér (1) Ketchup /Heinz/ (5)
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	166,70 4,89 1,13 7,76 19,12	340,60 19,21 5,70 13,26 28,56	275,50 12,28 2,07 9,40 30,98	169,60 4,99 0,95 8,78 19,56	181,80 5,15 2,39 6,21 26,31
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)	0,29 4,00	(1), (2), (3), (6) 0,56 0,00	(1) 0,24 4,00	(1), (5), (6) 1,31 4,00
TÍZÓRAI	Narancslé /Happy Day 100%/	Csipkebogyótea	Almalé /HohesC 100%/	Gyümölcsstea	Citromos 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	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 0,00	-
EBÉD	Sertés aprópecsenye Zöldséges köles /Tipegő: Sertés apróhús, Cukkini főzelék (1),(2)/ Banán	Reszelt sajt (2) Sárgarépa főzelék (1),(2) Alma	Párolt csirkemell Zöldbabfőzelék (1),(2) Alma/Kiwi	Sült csirkemell Burgonyapüré (2) Narancs /Tipegő: Alma/	Pulyka fasírt (1),(3) Kapos tökfőzelék (1),(2) Banán
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	386,70 15,17 0,00 14,98 43,21	219,30 8,96 0,00 11,11 22,83	240,90 5,44 1,36 20,51 26,04	292,10 9,49 0,00 17,12 32,07	355,60 12,63 1,60 14,46 43,42
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-	0,00 1,47	(1), (2) 0,79 0,00	(2) 1,98 0,00	(1), (2), (3) 0,77 0,00
UZSONNA	Hideg tej /Magyar 2,8%/ (2) Tojáskrém (3),(6) Fehér kenyér (1) Fürtös paradicsom	Citromos tea Méz Vénusz margarin Fehér kenyér (1)	Gyümölcsstea Házi pizzás csiga (1),(2),(3) /Tipegő: Kedvenc Ízek Burgundi sonkakerém, Fehér kenyér (1), Paradicsom/	Csipkebogyótea Zöldfűszeres vajkrém /Milli/ (2) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Vajretek	Jogobella joghurt (2) Kifli /Tipegő: Kenyér/ (1)
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	280,20 13,13 2,18 10,66 28,42	149,10 3,00 1,23 2,64 26,66	173,40 3,63 0,17 6,93 27,23	191,30 7,90 1,64 5,69 21,29	214,80 5,05 0,95 5,84 34,55
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3), (6) 0,57 0,00	(1) 0,54 0,00	(1), (2), (3) 0,31 4,55	(1), (2) 0,20 5,24	(1), (2) 0,18 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

04. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	Hideg tej /Magyar 2,8%/ (2) Olasz felvágott /Kométa/ Vénusz margarin /Tipegő: Olasz krém/ Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika	Tej /Magyar 2,8%/ (2) Kenőmájás /Pick/ (2),(4) Bagett (1) Vajretek	Kakaó /Holland/ (2) Tojáskrém (3),(6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka	Hideg tej /Magyar 2,8%/ (2) Házi reszelt sajtkrém (2) Zsemle /Tipegő: Kenyér/ (1) Póréhagyma	Gyümölcs tea Csemege karaj /Gála/ Vénusz margarin /Tipegő: Karajkrém/ Bagett (1) Fürtös paradicsom
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	284,60 13,51 0,95 13,04 24,98	258,90 9,08 1,30 10,66 33,52	312,50 14,51 1,90 13,24 29,96	267,80 12,76 0,95 12,26 25,95	176,30 3,85 1,15 5,93 28,19
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2) 0,26 0,00	(1), (2), (4) 0,78 0,00	(1), (2), (3), (6) 0,05 5,00	(1), (2) 0,49 0,00	(1) 0,98 4,08
TÍZÓRAI	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	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
EBÉD	Halrudacska /Frosta/ (1),(8) Rizi-bizi /Tipegő: Burgonyapüré (2)/ Savanyú káposzta Alma	Sertés aprópecsenye Karfiolfőzelék (1),(2) Narancs /Tipegő: Alma/	Tarhonyás hús (1),(3) /Gyermelyi/ Céklacsík saláta /Bonduelle/ /Tipegő: Sertés apróhús, Cékla főzelék (1),(2)/ Banán	Sült csirkecomb Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Alma	Vagdalt csirkegolyó (1),(3) Édeskáposzta főzelék (1) Mandarin /Tipegő: Banán/
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	371,00 15,92 0,54 11,85 41,85	284,50 13,07 1,60 16,95 21,35	361,70 9,81 0,25 15,91 48,43	423,00 15,48 0,00 25,83 41,55	299,80 11,33 0,00 16,54 38,82
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (8) 1,70 0,00	(1), (2) 1,00 0,00	(1), (3) 1,38 0,00	(1) 1,97 5,00	(1), (3) 1,24 0,00
UZSONNA	Gyümölcs tea Házi csirkehús pástétom (6) Kifli /Tipegő: Kenyér/ (1) Lilahagyma	Tej /Magyar 2,8%/ (2) Ízes bukta (1),(2),(3) /Tipegő: Univer Szamóca lekvár, Vénusz margarin, Fehér kenyér (1)/	Tej /Magyar 2,8%/ (2) Teavaj /Mesés 82%/ (2) Fehér kenyér (1) Koktélparadicsom	Gyümölcs tea Borjú párizsi krém /Pick/ (4) Fehér kenyér (1) Sörretek	Tej /Magyar 2,8%/ (2) Fahéjas flakes /Cornexi/ (1) /Tipegő: Vaniliás zabkása (1),(2)/
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	141,40 3,73 0,95 6,32 19,36	425,80 13,46 0,00 13,04 61,38	278,00 13,64 0,28 9,20 28,65	170,90 6,17 2,52 4,53 22,92	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), (3) 0,11 6,10	(1), (2) 0,52 0,00	(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!