

2022. Február 28. – Március 04.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ 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	Macikávét (1),(2) Főtt virsli /Sága/ (6) Kiskifli (1),(2) Ketchup /Heinz/ (5)	Citromos tea Sült paprika krém Német Zsemle (1)	Gyümölcs tea Tavaszi felvágott /Kométa/ Vénusz margarin /Tipegő: Tavaszi krém/ Teljes kiőrlésű kenyér (1) Savanyú káposzta	Csipketea Borjómájás /Pick/ (2),(4) Burgonyás kenyér (1) Zöldpaprika	Tej (2) Burgundi sonka /Kedvenc Ízek/ Vénusz margarin /Tipegő: Sonkakrém/ Teljes kiőrlésű kenyér (1) Koktélparadicsom
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	345,90 10,45 2,32 12,66 49,23	171,80 080 0,14 3,56 35,12	199,30 7,08 2,47 5,18 26,86	169,40 3,65 1,34 4,86 27,73	217,10 8,46 1,21 10,56 23,35
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (5), (6) 0,79 5,00	(1) 0,20 10,00	(1) 0,26 10,11	(1), (2), (4) 0,20 10,00	(1), (2) 0,32 0,08
TÍZÓRAI	Kajszi barack /Happy Day/	Alma/Banán	Csipkebogyó tea	Alma/Banán	Gyümölcs tea
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	79,50 0,75 0,00 0,75 18,60	46,80 0,00 0,00 0,11 10,75	43,50 0,00 0,00 0,00 10,40	46,80 0,00 0,00 0,11 10,75	43,50 0,00 0,00 0,00 10,40
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	- 0,00 0,00	- 0,00 0,00	- 0,00 10,00	- 0,00 0,00	- 0,00 10,00
EBÉD	Halpogácsa (1),(2),(3),(8) Karábéfőzelék (1),(2) Alma/Mandarin	Csirke apróhús Zöldborsó főzelék (1),(2)	Sertés apróhús Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Alma/Narancs	Sült pulykamell Zellerfőzelék (1),(2),(5)	Párolt csirkecomb Sütőtökfőzelék (1),(2) Alma/Kivi
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	302,70 8,87 1,36 16,56 29,59	224,80 5,23 0,00 20,96 18,19	383,20 14,28 0,00 15,65 44,32	280,40 12,70 1,45 15,05 24,53	255,20 7,46 0,00 5,61 39,30
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3), (8) 1,55 0,00	(1), (2) 0,98 0,00	(1) 1,48 5,00	(1), (2), (5) 1,99 0,00	(1), (2) 1,97 0,00
UZSONNA	Gyümölcs tea Körözött (2) Burgonyás kenyér (1) Zöldpaprika	Citromos tea Sertéshús pástétom (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek	Tej (2) Magyaros vajkrém /Milli/(2) Búzakenyér (1) Kígyóuborka	Hideg tej (2) Áfonyalekvár /Kecskeméti/ Teavaj /Mesés 82%/ (2) Kiskifli (1),(2)	Hideg tej (2) Medvesajt (2) Búzakenyér (1) Vajretek
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	170,90 2,57 0,84 6,32 28,74	189,30 4,74 0,95 6,72 27,96	248,20 11,28 2,84 9,50 26,53	338,40 13,28 0,22 9,48 44,22	232,80 8,78 2,74 11,36 26,27
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2) 0,11 10,00	(1), (6) 1,02 10,00	(1), (2) 0,10 0,00	(1), (2) 0,00 0,00	(1), (2) 0,40 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!

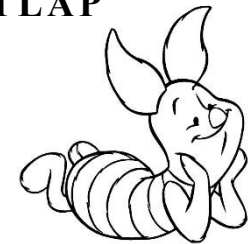
2022. Március 07. – Március 11.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



10. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK					
REGGELI	Tej (2) Csirkemell sonka /Kométa/ Vénusz margarin /Tipegő: Sonkakrém/ Burgonyás kenyér (1) Fürtös paradicsom					Kakaó /Holland/ (2) Tejszínes sajtkrém /Tolle/ (2) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Hónapos retek					Citromos tea Sertés párizsi krém /Pick/ (4) Búzakenyér (1) Savanyú káposzta					Tej (2) Olasz felvágott /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek					Gyümölcsstea Tonhalkrém /Rio Mare/ (6),(8) Német Zsemle (1) Zöldpaprika					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	217,40	7,92	0,99	10,67	23,84	251,60	8,42	0,00	11,72	30,76	175,00	3,15	1,19	6,34	29,13	202,50	7,91	0,95	8,03	23,50	237,60	9,40	1,79	6,02	31,13	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		0,35	0,00		(1), (2)		0,00		5,00	(1), (4)		0,00		10,00	(1), (2)		0,03		0,00		(1), (6), (8)		0,17		10,00
TÍZÓRAI	Multivitamin /Happy Day 100%/					Alma/Banán					Gyümölcsstea					Alma/Banán					Gyümölcsstea					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	46,80	0,00	0,00	0,11	10,75	43,50	0,00	0,00	0,00	10,40	46,80	0,00	0,00	0,11	10,75	43,50	0,00	0,00	0,00	10,40	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,00		0,00	-		0,00		0,00	-		0,00		10,00	-		0,00		0,00		-		0,00		10,00
EBÉD	Sült csirkecomb filé Meggymártás (1),(2),(12) Kuskusz (1) Sajt szelet (2)					Tojás omlett (3) Zsemlés parajfőzelék (1),(2)					Sertés pörkölt Kelkáposzta főzelék (1) Alma/Narancs					Gulyásleves (5) Almás pite (1),(2),(3) /Tipegő: Sertés apróhús, Kertészfőzelék (1),(2),(5)/					Sertés apróhús, Zöldbabfőzelék (1),(2) Alma/Mandarin					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	580,10	19,28	1,44	27,96	70,59	287,80	16,89	0,00	13,31	16,82	317,80	14,25	0,00	16,27	27,99	360,20	15,81	0,80	12,26	39,59	259,40	11,76	1,36	15,92	25,89	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (12)		2,20		15,00	(1), (2), (3)		1,28		0,00	(1)		0,98		0,00	(1), (2), (3), (5)		0,52		15,00		(1), (2)		1,00		0,00
UZSONNA	Csipkebogyótea Házi pulykahús pástétom (6) Francia bagett (1) Lilahagyma					Gyümölcsstea Vaniliás túrókrém /Milli/ (2) Kiskifli (1)					Hideg tej (2) Teavaj /Mesés 82%/ (2) Német Zsemle (1) Paradicsom					Gyümölcsstea Fűszeres vajkrém (2) Rozskenyér (1) Kígyóuborka					Tej (2) Kukoricapehely					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	219,10	5,06	1,06	7,30	34,70	389,50	10,12	1,58	21,26	50,13	262,60	12,93	0,14	7,61	27,22	173,10	4,44	0,11	3,79	27,68	160,20	4,48	0,00	6,04	23,57	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (6)		0,14		10,00	(1), (2)		0,01		15,00	(1), (2)		0,00		0,00	(1), (2)		0,05		10,00		(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) diófélét, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfidot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

2022. Március 14. – Március 18.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ 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	<p style="text-align: center;"><i>Március 14-15</i></p> 		Tejeskávé (1),(2) Teavaj (2) Kalács (1),(2),(3)	Tej (2) Padlizsánkrém (3),(6) Francia bagett (1) Kígyóuborka	Tej (2) Zala felvágott /Kométa/ Vénusz margarin /Tipegő: Zalai krém/ Teljes kiörlésű kenyér (1) Fürtös paradicsom												
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)			328,00	16,41	2,78	8,34	35,59	267,50	11,42	1,90	9,06	31,37	275,50	12,63	1,89	14,33	23,45
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)			(1), (2), (3)		0,00	5,00	(1), (2), (3), (6)	0,04	0,00	(1), (2)	0,58	0,05					
TÍZÓRAI			Gyümölcsstea		Alma/Banán		Ananász /Happy Day 100%/										
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)			43,50	0,00	0,00	0,00	10,40	46,80	0,00	0,00	0,11	10,75	81,00	0,15	0,00	0,60	18,45
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)			-		0,00	10,00	-	0,00	0,00	-	0,00	0,00					
EBÉD			Pulyka apróhús Karfiolfőzelék (1),(2) Alma/Kivi		Párolt csirke Céklafőzelék (1),(2)		Sertés apróhús Brokkoli főzelék (1),(2) Alma/Mandarin										
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)			287,60	13,83	1,60	16,86	20,95	196,60	4,19	0,00	19,13	19,37	253,40	11,05	0,13	17,14	22,98
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)			(1), (2)		1,00	0,00	(1), (2)	1,47	0,00	(1), (2)	1,51	0,00					
UZSONNA			Gyümölcsstea Borjú párizsi krém /Pick/ (4) /Vénusz margarin/ Német Zsemle (1) Póréahagyma		Citromos tea Kenőmájás /Nádudvari/ (4) Búzákenyér (1) Vajretek		Gyümölcsstea Zöldfűszeres vajkrém /Milli/ (2) Kiskifli (1),(2) Jégcsapretek										
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	231,90	8,59	3,08	5,89	31,65	181,80	4,03	0,14	6,26	28,84	269,00	7,60	1,86	5,31	43,64		
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (4)		0,35	10,00	(1), (4)	0,27	10,00	(1), (2)	0,20	10,26							

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!

2022. Március 21. – Március 26.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ 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	SZOMBAT
REGGELI	Gyümölcsstea Baromfi párizsi/ <i>Pick</i> /(4) Vénusz margarin <i>/Típegő: Párizsi krém/</i> Búzakenyér (1) Jégcsapretek	Kakaó / <i>Holland</i> / (2) Trappista sajt szelet (2) Vénusz margarin <i>/Típegő: Sajtkrém/</i> Francia bagett (1) Fürtös paradicsom	Tej (2) Sonkakrém / <i>Kedv. Ízek/</i> Vénusz margarin Német Zsemle (1) Kígyóborka	Hideg tej (2) Málnalekvár / <i>Kecskeméti/</i> Vénusz margarin Burgonyás kenyér (1)	Tej (2) Magyaros vajkrém (2) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom	Gyümölcsstea Baromfi párizsi / <i>Pick</i> /(4) Vénusz margarin <i>/Típegő: Párizsi krém/</i> Búzakenyér (1) Zöldpaprika
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	203,00 6,15 1,99 6,22 29,63	342,10 14,40 1,06 14,86 36,58	226,30 8,03 1,14 9,77 28,19	229,00 7,49 0,99 7,90 30,83	237,20 11,18 2,70 8,16 23,71	201,40 6,17 1,99 6,21 29,16
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (4) 0,32 10,00	(1), (2) 0,22 5,00	(1), (2) 0,42 0,00	(1), (2) 0,02 0,00	(1), (2) 0,10 0,00	(1), (4) 0,32 10,00
TÍZÓRAI	Limonádé	Alma/Banán	Csipkebogyótea	Alma/Banán	Multivitamin <i>/Happy Day 100%/</i>	Citromos tea
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	27,80 0,00 0,00 0,11 5,62	46,80 0,00 0,00 0,11 10,75	43,50 0,00 0,00 0,00 10,40	46,80 0,00 0,00 0,11 10,75	69,00 0,15 0,00 0,15 18,00	43,50 0,00 0,00 0,00 10,40
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	- 0,00 5,00	- 0,00 0,00	- 0,00 10,00	- 0,00 0,00	- 0,00 0,00	- 0,00 10,00
EBÉD	Sertéspörkölt Burgonyafőzelék (1),(2) Alma/Körte	Vagdalt szelet (1),(3) Paradicsomos káposzta (1)	Csirkemáj rizottó (2) <i>/Tip: Párolt csirkemáj,</i> <i>Zöldborsófőzelék (1),(2)/</i> Alma/Narancs	Zabpelyhes húsgombóc <i>/Sertéscomb/ (3)</i> Kapros tökfőzelék (1),(2)	Zöldséges halpogácsa (1),(3),(8) Burgonyapüré (2) Alma/Kivi	Tejbegríz (1),(2) Kakaó szórat
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	345,20 12,49 1,60 16,26 39,14	325,90 14,16 0,00 14,05 33,55	306,90 9,91 0,00 18,64 31,07 <i>/286,20 /8,83 /20,54 /25,02</i>	230,80 7,33 1,60 14,13 25,64	408,40 11,52 0,00 19,52 53,81	167,90 2,82 0,00 5,35 29,05
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2) 1,00 0,00	(1), (3) 0,76 5,00	(2) <i>/(1),(2)</i> 1,08 <i>/1,47</i> 0,00	(1), (2), (3) 1,49 0,00	(1), (2), (3), (8) 1,49 0,00	(1), (2) 0,00 6,00
UZSONNA	Hideg tej (2) Teavaj / <i>Mesés 82%/</i> (2) Kalács (1),(3)	Citromos tea Zala felvágott / <i>Kométa/</i> Vénusz margarin <i>/Típegő: Zalai krém/</i> Teljes kiőrlésű kenyér (1) Póréhagyma	Gyümölcsstea Házi túrós batyu (1),(2),(3)	Csipkebogyótea Pulykahús pástétom (6) Kiskifli (1),(2) Lilahagyma	Gyümölcsstea Tojáskrém (3),(6) Búzakenyér (1) Jégcsapretek	Hideg tej (2) Briós (1),(3)
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	297,80 16,40 2,78 8,30 28,26	209,40 5,44 0,94 10,16 27,71	315,50 6,94 0,00 12,29 48,92	264,20 5,58 1,17 8,00 43,97	222,30 8,10 2,04 6,61 29,93	84,00 4,20 0,00 4,50 7,05
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3) 0,00 0,00	(1) 0,57 10,05	(1), (2), (3) 0,11 15,00	(1), (2), (6) 0,14 10,00	(1), (3), (6) 0,05 10,00	(1), (2), (3) 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) szeszamot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfidot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

2022. Március 28. – Április 01.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP



13. 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	Citromos tea Téliszalámi /Pick/ Vénusz margarin /Tipegő: Téliszalámi krém/ Burgonyás kenyér (1) Koktélparadicsom	Gyümölcsstea Szardíniapástétom /Hamé/ (8) Teljes kiörlésű kenyér (1) Jégcsapretek	Hideg tej (2) Póréhagymás sajtkrém /Milli/ (2) Búzákenyér (1)	Macikávé (1),(2) Zala felvágott /Kométa/ Vénusz margarin /Tipegő: Zalai krém/ Burgonyás kenyér (1) Kígyóuborka	Tej (2) Sült sonka /Kométa/ Vénusz margarin /Tipegő: Sült sonka krém/ Búzákenyér (1) Paradicsom
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	292,10 15,05 5,74 9,75 27,90	192,40 5,35 1,31 7,13 27,20	218,60 7,16 0,14 11,45 26,40	306,30 12,44 1,93 14,69 32,25	227,50 8,25 1,27 11,54 25,20
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)	(1), (8)	(1), (2)	(1), (2)	(1), (2)
TÍZÓRAI	Limonádé	Alma/Banán	Gyümölcsstea	Alma/Banán	Vegyes Gyümölcsle /HohesC 100%
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	27,80 0,00 0,00 0,11 5,62	46,80 0,00 0,00 0,11 10,75	43,50 0,00 0,00 0,00 10,40	46,80 0,00 0,00 0,11 10,75	69,00 0,15 0,00 0,15 18,00
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-	-	-	-	-
EBÉD	Párolt csirke Sárgarépa főzelék (1),(2) Alma/Kivi	Egyben sült sertéshús Salátafőzelék (1),(2)	Magyaros kiskagyló (1),(3) Csemege uborka (6) /Tipegő: Sertés apróhús, Karfiolfőzelék (1),(2)/ Alma/Mandarin	Húsgombóc /Csirkemell/(3) Paradicsommártás (1) Főtt burgonya	Tojáslepeny (2),(3) Sóska főzelék (1),(2) Alma/Körte
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	223,50 3,74 0,00 19,03 26,87	243,40 11,99 0,70 17,97 19,79	272,30 10,48 0,00 15,86 31,03 /262,10 /13,07 /1,60 /16,95 /21,65	279,60 7,04 0,00 15,22 36,78	329,10 14,55 0,00 14,06 35,45
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)	(1), (2)	(1), (3), (6)	(1), (3)	(1), (2), (3)
UZSONNA	Hideg tej (2) Körözött (2) Kiskifli (1),(2) Zöldpaprika	Hideg tej (2) Házi lekváros bukta (1),(2),(3)	Citromos tea Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin /Tipegő: Tojáskrém/ Rozskenyér (1) Paradicsom	Gyümölcsstea Sertéshús pástétom (6) Teljes kiörlésű kenyér (1) Zöldpaprika	Gyümölcsjoghurt (2) /Jogobella/ Kiskifli (1)
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	280,90 7,59 1,02 12,07 39,97	409,90 12,25 0,00 11,61 61,63	192,70 5,92 1,06 6,58 26,96	187,70 4,75 0,95 6,71 27,50	286,30 6,71 1,17 9,30 46,40
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)	(1), (2), (3)	(1), (3)	(1), (6)	(1), (2)

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, szulfidot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!