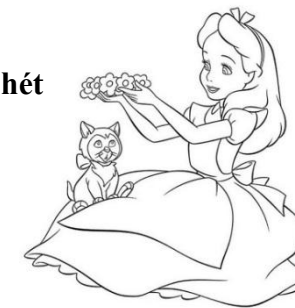


Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egysített Bölcsődevezető

36. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
<b>REGGELI</b>	Kakaó /Holland/ (2) Zala felvágott /Kométa/ /Tipegő: Zalai krém/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Póréhagyma	Gyümölcsstea Házi pulykahús krém (6) Teljes kiörlésű kenyér (1) Vajretek	Hideg tej (2) Sertés párizsi krém /Pick/ (4) Kiskifli (1),(2) Tricolor paprika	Tej (2) Borjómájás /Pick/ (2),(4) Német zsemle (1) Jégcsapretek	Csipkebogyótea Szardíniakrém /Eva/ (6),(8) Rozskenyér (1) Póréhagyma
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	290,90   11,46   1,90   12,62   33,54	166,80   4,94   0,95   6,65   21,87	331,00   12,27   2,22   12,55   41,76	283,60   12,53   2,74   11,34   30,78	180,70   5,43   1,41   7,47   23,42
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)   0,26   5,00	(1), (6)   0,14   5,00	(1), (2), (4)   0,02   0,00	(1), (2), (4)   0,36   0,00	(1), (6), (8)   0,10   5,00
<b>TÍZÓRAI</b>	Limonádé	Gyümölcsstea	Narancslé /HohesC 100%/	Limonádé	Gyümölcsstea
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	25,40   0,00   0,00   0,07   5,41	22,90   0,00   0,00   0,04   5,21	82,00   0,50   0,00   0,70   17,90	25,40   0,00   0,00   0,07   5,41	22,90   0,00   0,00   0,04   5,21
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-   0,00   5,00	-   0,00   5,00	-   0,01   0,00	-   0,00   5,00	-   0,00   5,00
<b>EBÉD</b>	Csirke apróhús Brokkoli főzelék (1),(2) Szilva	Tojásropogós (1),(2),(3) Parajfőzelék (1),(2) Alma	Párolt pulyka Zeller főzelék (1),(2),(5) Alma	Gulyásleves (5) Túrós palacsinta (1),(2),(3) /Tipegő: Sertés apróhús, Vegyes főzelék (1),(2),(5)/ Szilva	Párolt csirkemell Sárgaborsó főzelék (1) Alma
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	293,80   10,20   3,63   22,16   24,60	354,50   15,34   0,00   16,13   35,29	317,60   12,73   1,45   15,76   32,69	507,80   22,89   1,20   21,67   48,89	371,00   8,38   0,00   27,72   43,40
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)   1,58   0,00	(1), (2), (3)   2,14   0,00	(1), (2), (5)   1,99   0,00	(1), (2), (3), (5)   0,99   15,00	(1)   1,97   0,00
<b>UZSONNA</b>	Tej (2) Teavaj /Mesés 82%/ (2) Búzakenyér (1)	Csipkebogyótea Kaprok túrókrém (2) Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom	Gyümölcsstea Sárgabarack lekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)	Tej (2) Natúr vajkrém /Milli/ (2) Búzakenyér (1) Kígyóuborka	Gyümölcsjoghurt /Good Milk/ (2) Vénusz margarin Kiskifli (1),(2)
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	283,00   14,16   0,14   10,72   27,37	155,20   2,25   0,54   6,96   24,23	166,70   3,57   1,09   4,42   27,93	249,30   10,18   0,14   10,75   28,15	299,50   5,28   1,92   8,75   52,15
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)   0,00   0,00	(1), (2)   0,10   5,00	(1)   0,02   5,00	(1), (2)   0,06   0,00	(1), (2)   0,17   0,00

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) csillagfűrtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

Az étlapp módosítás jogát fenntartjuk!

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

Egysített Bölcsődevezető



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
<b>REGGELI</b>	Tejeskávé (1),(2) Olasz felvágott /Kométa/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Paradicsom					Tej (2) Tojáskrém (3),(6) Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Hideg tej (2) Álomsonka /Kedvenc Ízek/ /Tipegő: Sonka krém/ Vénusz margarin Kiskifli (1),(2) Kígyóuborka					Citromos tea Sült paprikakrém Teljes kiőrlésű kenyér (1)					Hideg tej (2) Borjú párizsi krém /Pick/ (4) Német zsemle (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	327,00	13,96	1,09	11,37	37,76	289,20	13,71	2,04	12,60	28,46	306,20	9,90	1,17	12,55	41,18	135,00	0,55	0,00	4,07	25,25	287,80	13,51	2,81	11,09	29,88
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		0,35	5,00		(1), (2), (3), (6)		0,05	0,00		(1), (2)		0,02	0,00		(1)		0,20	5,00		(1), (2), (4)		0,46	0,00	
<b>TÍZÓRAI</b>	Gyümölcs tea					Limonádé					Almalé /Happy Day 100%/					Gyümölcs tea					Limonádé				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	22,90	0,00	0,00	0,04	5,21	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	69,00	0,15	0,00	0,15	16,95	22,90	0,00	0,00	0,04	5,251	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,00	5,00		-		0,00	5,00		-		0,00	0,00		-		0,00	5,00		-		0,00	5,00	
<b>EBÉD</b>	Halrudacska /Frosta/ (1),(8) Zöldbab főzelék (1),(2) Szilva					Húsgombóc (1),(3) Paradicsomos mártás (1) Főtt burgonya Alma					Sertéspörkölt Édeskáposzta főzelék (1),(2) Alma					Vadas pulykasült (1),(2),(5),(6) Szarvacskas tészta /Gyermelyi/ (1),(3) /Tipegő: Főtt burgonya/ Szilva					Tojáslepény (3) Mexikói főzelék (1),(2) Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	328,50	13,22	1,36	12,68	37,79	329,00	10,47	0,00	14,06	42,33	322,70	15,99	0,80	15,44	26,33	355,80	9,74	1,60	14,18	50,58	270,70	11,65	0,00	11,77	28,06
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (8)		0,51	0,00		(1), (3)		2,46	2,50		(1), (2)		1,48	0,00		(1), (2), (3), (5), (6)		3,08	3,00		(1), (2), (3)		1,47	0,00	
<b>UZSONNA</b>	Gyümölcs tea Házi vaníliás krémtúró (2) Kiskifli (1),(2)					Citromos tea Házi csirkemáj krém (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Tricolor paprika					Gyümölcs tea Házi csirkehús krém (6) Búzakenyér (1) Sörretek					Hideg tej (2) Fahéjas flakes (1) /Tipegő: Fahéjas zabkása/					Vaníliás tej (2) Teavaj /Mesés 82%-os/ (2) Búzakenyér (1)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	370,10	10,42	1,76	21,61	44,22	163,40	4,08	0,95	6,56	23,09	169,60	3,74	1,09	8,39	24,36	197,80	8,00	0,00	7,52	23,40	299,40	14,16	0,14	10,72	31,37
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		0,02	9,00		(1), (6)		1,02	5,00		(1), (6)		0,12	5,00		(1), (2)		0,16	0,00		(1), (2)		0,00	4,00	

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) szesámot, (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

38. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
<b>REGGELI</b>	Hideg tej (2) Tojáskrém (3),(6) Német zsemle (1) Fürtös paradicsom	Vaníliás tej (2) Halkrém /Rio Mare/ (6),(8) Búzakenyér (1) Póréhagyma	Tej (2) Olasz felvágott /Kométa/ /Tipegő: Olaszkrém/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kápia paprika	Gyümölcsstea Padlizsánkrém (3),(6) Búzakenyér (1)	Gyümölcsstea Sonka szelet /Kométa/ /Tipegő: Sonkakrém/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Fürtös paradicsom
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	292,80   13,82   2,04   10,75   30,06	321,60   14,86   1,80   13,76   32,41	282,60   13,68   0,95   11,84   26,24	202,00   8,53   2,03   4,88   25,31	158,30   5,28   1,19   6,82   20,85
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3), (6)   0,05   0,00	(1), (2), (6), (8)   0,17   4,00	(1), (2)   0,35   0,00	(1), (3), (6)   0,06   5,00	(1)   0,50   5,00
<b>TÍZÓRAI</b>	Limonádé	Csipkebogyótea	Őszibaracklé /Happy Day/	Limonádé	Citromos tea
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	25,40   0,00   0,00   0,07   5,41	25,40   0,00   0,00   0,04   5,61	69,00   0,15   0,00   0,15   18,00	25,40   0,00   0,00   0,07   5,41	22,90   0,00   0,00   0,04   5,21
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-   0,00   5,00	-   0,00   5,00	-   0,00   0,00	-   0,00   5,00	-   0,00   5,00
<b>EBÉD</b>	Sült csirkecomb (1) Céklafőzelék (1),(2) Körte	Csirkemáj ropogós (1),(3) Zöldborsófőzelék (1),(2) Alma	Pulyka apróhús Burgonyapüré (2) Alma	Stefánia vagdalt (1),(3) Tökfőzelék (1),(2) Körte	Sertéspörkölt Sóskamártás (1),(2) Főtt burgonya Alma
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	192,10   6,52   0,00   4,41   27,28	249,70   4,15   0,03   18,30   30,10	299,30   13,71   0,00   14,29   27,61	358,40   13,22   1,60   16,70   41,34	402,70   14,05   1,36   18,77   47,77
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)   1,47   0,00	(1), (2), (3)   0,98   0,00	(2)   0,70   0,00	(1), (2), (3)   2,11   0,00	(1), (2)   1,59   5,00
<b>UZSONNA</b>	Gyümölcsstea Magyaros vajkrém (2) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Vajretek	Gyümölcsstea Körözött (2) Búzakenyér (1) Zöldpaprika	Gyümölcsstea Sárgabarack lekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)	Tej Kockasajt /Sajtmester/ (2) Kiskifli (1),(2) Zöldpaprika	Gyümölcsjoghurt /Jogobella/ (2) Vénusz margarin Német zsemle (1)
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	174,20   6,96   2,70   3,89   22,18	160,70   2,87   0,94   7,38   24,89	166,70   3,57   1,09   4,42   27,93	325,90   11,34   3,22   12,99   42,21	230,20   6,31   1,09   7,44   35,29
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)   0,10   5,00	(1), (2)   0,11   5,00	(1)   0,02   5,00	(1), (2)   0,50   0,00	(1), (2)   0,14   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. Szeptember 26. – Szeptember 30.

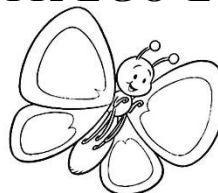
# GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapp módosítás jogát fenntartjuk!

Diétás étkezéstést 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) Házi reszelt sajtkrém (2) Német Zsemle (1) Tricolor paprika					Tej (2) Tojáskrém (3),(6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Póréhagyma					Kakaó /Holland/ (2) Teavaj /Mesés 82%/ (2) Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Hideg tej (2) Sertés párizsi /Pick/ (4) /Típegő: Párizsi krém/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika					Csipkebogyótea Zala felvágott /Kométa/ /Típegő: Zalai krém/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Koktélparadicsom						
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	374,40	21,36	1,09	14,11	31,06	278,00	13,58	1,90	11,55	26,30	308,10	14,20	0,14	10,74	32,45	267,60	12,50	2,35	11,80	25,64	187,00	6,30	2,17	6,51	24,70		
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		0,19		0,00	(1), (2), (3), (6)		0,05		0,00	(1), (2)		0,00		5,00	(1), (2), (4)		0,02		0,00		(1)		0,32		5,00	
<b>TÍZÓRAI</b>	Limonádé					Csipkebogyótea					Multivitamin /HohesC 100%/					Limonádé					Citromos tea						
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	25,40	0,00	0,00	0,04	5,61	92,00	0,30	0,00	0,60	22,60	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	22,90	0,00	0,00	0,04	5,21		
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,00		5,00	-		0,00		5,00	-		0,00		0,00	-		0,00		5,00		-		0,00		5,00	
<b>EBÉD</b>	Halpogácsa szezámmag pehellyel (1),(3),(8),(10) Zellerfőzelék (1),(2),(5) Körte					Egyben sült sertéscomb Paradicsomos káposzta főzelék (1) Alma					Zöldborsós csirkemáj rizottó /Típegő: Sült csirkemáj, Zöldborsófőzelék (1),(2)/ Körte					Főtt pulykamell Meggymártás (1),(2),(12) Kuskusz (1) Sajt szelet					Sertés aprópecsenye Karfiolfőzelék (1),(2) Alma						
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	395,10	11,96	1,53	18,96	50,80	321,20	15,05	0,00	16,20	27,41	318,50	9,91	0,00	18,53	34,31	486,90	16,03	1,44	17,96	65,29	276,40	13,07	1,60	16,79	20,13		
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3), (5), (8), (10)		1,99		0,00	(1)		1,48		5,00	(2)		1,08		0,00	(1), (2), (12)		2,20		15,00		(1), (2)		1,00		0,00	
<b>UZSONNA</b>	Gyümölcs tea Házi sertéshúskrém (6) Kiskifli (1),(2) Lilahagyma					Gyümölcs tea Házi sonkakrém kifli (1),(2),(3),(10) /Típegő: Sonkakrém, TK kenyér (1)/ Hónapos retek					Gyümölcs tea Házi vaníliás túrókrém (2) Német zsemle (1)					Gyümölcs tea Baromfi párizsi krém /Kedvenc Ízek/ (4) Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Tej (2) Kukoricapehely /Corn Flakes/ /Típegő: Almás zabkása (1),(2)/						
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	250,70	5,75	1,17	9,14	39,03	570,40	37,99	0,17	14,67	42,29	314,00	10,03	1,69	19,75	33,10	189,30	6,98	2,29	6,76	23,79	188,20	5,88	0,00	7,54	25,92		
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (6)		1,02		5,00	(1), (2), (3), (10)		1,95		6,38	(1), (2)		0,02		9,00	(1), (4)		0,42		5,00		(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, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!