

2023. Október 02. – Október 06.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapp módosítás 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				
REGGELI	Kakaó /Holland/ (2) Borjú párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin /Tipegő: Párizsi krém/ (4) Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Hideg tej (2) Sült paprikakrém Búzakenyér (1)					Gyümölcs tea Sága Füstli virsli (6) Búzakenyér (1) Ketchup (5)					Tej (2) Erdei lekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Csipketea Snidlinges tojáskrém (3) Francia bagett (1) Zöldpaprika				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	304,30	12,84	1,09	12,72	32,44	200,20	4,87	0,14	9,69	28,66	207,90	5,79	0,14	11,99	25,42	232,10	7,76	1,09	8,82	30,87	184,10	5,06	1,06	6,05	27,76
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (4)		0,42	5,00		(1), (2)		0,20	0,00		(1), (5), (6)		0,95	5,00		(1), (2)		0,02	0,00		(1), (3)		0,11	5,00	
TÍZÓRAI	Actimel (2)					Limonádé					Narancslé /HohesC 100%/					Limonádé					Gyümölcs tea				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	80,00	2,00	0,00	3,00	12,00	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	78,00	0,00	0,00	0,00	18,20	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	21,80	0,00	0,00	0,00	5,20
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(2)		0,00	0,00		-	0,00		5,00		-	0,00		0,00		-	0,00		5,00		-	0,00		5,00	
EBÉD	Vagdalt szelet (1),(3) Paradicsomos káposztafőzelék (1) Banán					Párolt pulykacskók Almamártás (1),(2) Kuskusz (1) Sajt szelet (2)					Sertés apróhús Brokkoli főzelék (1),(2) Alma					Sertéspörkölt Zellerfőzelék (1),(2),(5) Körte					Halpogácsa (1),(3),(8) Burgonyapüré (2) Céklasaláta Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	366,50	14,07	0,03	13,03	43,09	514,80	23,56	2,14	22,56	49,87	304,20	14,73	3,63	17,25	21,60	458,80	18,02	1,75	30,66	39,22	438,40	13,95	0,03	19,05	57,09
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (3)		0,59	5,00		(1), (2)		1,74	6,00		(1), (2)		1,58	0,00		(1), (2), (5)		1,50	0,00		(1), (2), (3), (8)		1,99	1,00	
UZSONNA	Csipketea Házi csirkehús krém (6) Búzakenyér (1) Póréhagyma					Gyümölcs tea Körözött (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Lilahagyma					Hideg tej (2) Kockasajt /Medve/ (2) Kiskifli (1),(2) Zöldpaprika					Tej (2) Natúr vajkrém /Milli/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Tej (2) Kukoricapehely /Corn Flakes/ /Tipegő: Fahéjas zabkása (1),(2)/				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	202,00	6,75	1,09	8,57	25,11	178,00	4,11	1,40	6,07	28,16	220,20	9,40	3,11	9,21	24,29	229,30	9,26	0,00	8,05	28,12	160,20	4,48	0,00	6,04	23,57
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (6)		0,04	5,00		(1), (2)		0,11	5,00		(1), (2)		0,50	0,00		(1), (2)		0,06	0,00		(2)		0,00	0,00	

Egyesített 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				
REGGELI	Tejeskávé (1),(2) Csirke sonkakrém /Efef/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Csipketea Kapros túrókrém (2) Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Gyümölcs tea Baromfi párizsi /K. Ízek/ (4) Vénusz margarin /Tipegő: Párizsi krém/ (4) Kiskifli (1),(2) Jégcsapretek					Tej (2) Borjómájás /Pick/ (2),(4) Francia bagett (1) Kaliforniai paprika					Gyümölcs tea Tepsis bundás kenyér (1),(2),(3)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	265,50	8,54	0,95	11,05	35,52	156,30	2,65	0,84	6,93	23,85	171,30	6,97	2,26	4,66	21,89	267,00	11,00	2,71	11,02	30,29	273,00	13,14	2,94	13,22	24,91
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		0,02	5,00		(1), (2)		0,10	5,00		(1), (2), (4)		0,42	5,00		(1), (2), (4)		0,36	0,00		(1), (2), (3)		0,71	5,00	
TÍZÓRAI	Őszibaracklé /Happy Day/					Limonádé					Meggyes ivójoghurt (2),(12)					Limonádé					Gyümölcs tea				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	51,00	0,00	0,00	0,00	11,85	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	101,20	3,00	1,80	3,20	14,80	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	21,80	0,00	0,00	0,00	5,20
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,00	0,00		-		0,00	5,00		(2), (12)		0,10	4,50		-		0,00	5,00		-		0,00	5,00	
EBÉD	Főtt tojás (3) Parajfőzelék (1),(2) Szilva					Csirkepaprikás (1),(2) Kiskagyló tészta (1),(3) /Tipegő: Párolt csirke, Burgonyapüré (2)/ Alma					Sült csirkecomb Sütőtökfőzelék (1),(2) Alma					Sült sertéscomb Karálbé főzelék (1),(2) Banán					Májfelfűjt (1),(3) Finomfőzelék (1),(2) Körte				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	268,90	11,55	0,00	13,81	23,70	380,60	12,91	2,80	20,88	42,32	306,40	8,68	0,70	17,68	37,23	449,60	13,67	1,89	23,86	53,81	272,80	3,80	0,03	15,93	42,24
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3)		0,98	0,00		(1), (2), (3)		1,00	0,00		(1), (2)		1,98	0,00		(1), (2)		1,49	0,00		(1), (2), (3)		0,98	0,00	
UZSONNA	Citromos tea Pulykahús pástétom (6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Savanyú káposzta					Gyümölcs tea Házi reszelt sajt krém (2) Kiskifli (1),(2) Lilahagyma					Hideg tej (2) Teavaj /Magyar 82%-os/(2) Kalács (1),(2),(3)					Gyümölcs tea Tonhalkrém (6),(8) /Rio Mare/ Búzakenyér (1) Póréhagyma					Gyümölcsjoghurt (2) /Jogobella/ Vénusz margarin Kiskifli (1),(2)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	188,10	5,56	0,95	6,58	26,95	184,50	7,46	1,06	6,24	22,45	265,40	13,00	0,00	8,18	28,70	213,90	9,25	1,80	7,70	24,04	221,80	4,74	1,81	6,47	36,58
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (6)		0,14	5,00		(1), (2)		0,17	5,00		(1), (2), (3)		0,35	0,80		(1), (6), (8)		0,17	5,00		(1), (2)		0,17	0,00	

Egyesített 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!

2023. Október 16. – Október 20.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP ?

42. 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	Gyümölcs tea Prágai sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Vaníliás tej (2) Zöldfűszeres vajkrém (2) Német zsemle (1) Póréhagyma					Hideg tej (2) Padlizsánkrém (3),(6) Teljes kiőrlésű kenyér (1)					Tej (2) Zala felvágott /Kométa/ /Tipegő: Zalai krém/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Savanyú káposzta					Citromos tea Kockasajt /Medve/ (2) Kiskifli (1),(2) Zöldpaprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	179,50	5,12	1,37	5,99	25,75	281,80	12,93	0,14	7,94	32,90	251,30	11,05	1,75	8,12	29,36	240,40	10,05	1,90	10,99	25,80	157,90	5,20	3,11	4,71	22,44
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		0,38		5,00	(1), (2)		0,00		4,00	(1), (2), (3), (6)		0,04		0,00	(1), (2)		0,26		0,00	(1), (2)		0,50		5,00
TÍZÓRAI	Almalé /Happy Day 100%/					Limonádé					Banánturmix (2)					Limonádé					Gyümölcs tea				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	64,50	0,00	0,00	0,00	15,30	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	100,90	4,20	0,00	4,50	11,00	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	21,80	0,00	0,00	0,00	5,20
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,00		0,00	-		0,00		5,00	(2)		0,00		1,00	-		0,00		5,00	-		0,00		5,00
EBÉD	Párolt csirkemell Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Körte					Csirkeragu leves (5) Túrógombóc (1),(2),(3) /Tipegő: Csirke apróhús, Kertész főzelék (1),(2)/ Alma					Sertéssült Kelkáposzta főzelék (1) Alma					Pulyka vagdalt (1),(3) Sárgarépa főzelék (1),(2) Szilva					Párolt csirkescsirkék Tejszínes tökfőzelék (1),(2) Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	355,70	7,97	0,00	19,82	47,79	560,60	22,94	4,20	34,80	49,90	318,40	15,12	0,00	18,19	24,65	297,20	10,52	0,00	14,00	34,76	286,40	7,40	2,80	19,24	33,82
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		1,98		5,00	(1), (2), (3), (5)		1,20		10,00	(1)		1,47		0,00	(1), (2), (3)		1,57		0,00	(1), (2)		1,49		0,00
UZSONNA	Hideg tej (2) Sajtkrém (2) Búzakenyér (1) Sárgarépa					Csipketea Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Sörretek					Citromos tea Sárgabaracklekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Gyümölcs tea Petrezselymes túrókrém (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Vajretek					Házi barackos joghurt (2) Vénusz margarin Búzakenyér (1)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	264,00	11,69	1,09	12,75	26,33	180,40	5,98	1,09	7,72	23,42	165,60	3,57	1,09	4,38	27,92	205,80	6,80	2,80	7,79	27,07	196,70	6,57	2,89	7,66	26,09
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		0,17		0,00	(1), (3)		0,02		5,00	(1)		0,02		5,00	(1), (2)		0,02		5,00	(1), (2)		0,12		1,00

Egyesített 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, szulfítot, (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

43. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	Október 23. 	Gyümölcsstea Teavaj /Mesés 82%/ (2) Búzakenyér (1) Paradicsom	Kakaó /Holland/ (2) Tojáskrém (3),(6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka	Hideg tej (2) Juhtúrós körözött (2) Német zsemle (1) Póréhagyma	Gyümölcsstea Olasz felvágott Vénusz margarin /Típegő: Olasz krém/ Francia bagett (1) Lilahagyma
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		197,40 8,60 0,14 4,74 23,25	314,30 14,15 1,90 11,31 35,15	253,40 10,10 1,54 10,51 29,13	226,00 8,62 1,06 7,10 28,65
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)		(1), (2) 0,00 5,00	(1), (2), (3), (6) 0,05 5,00	(1), (2) 0,11 0,00	(1) 0,42 5,00
TÍZÓRAI		Gyümölcsstea	Multivitamin /HohesC 100%/	Limonádé	Barackos turmix (2)
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		21,80 0,00 0,00 0,00 5,20	39,00 0,00 0,00 0,00 9,40	25,40 0,00 0,00 0,07 5,41	109,70 4,21 0,00 4,68 13,87
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)		- 0,00 5,00	- 0,00 0,00	- 0,00 5,00	(2) 0,01 1,00
EBÉD		Csöben sült karfiol sertéshússal (1),(2),(3) /Típegő: Párolt sertéshús, Karfiolfőzelék (1),(2)/ Alma	Sült csirkecomb Burgonyapüré (2) Csemege uborka (6) Alma	Tarhonyás hús (1),(3) Céklasaláta /Típegő: Sertés apróhús, Kertészfőzelék (1),(2)/ Banán	Pulykafasírt (1),(3) Zöldborsófőzelék (1),(2) Alma
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		260,60 12,39 0,00 19,00 16,90	270,70 9,49 0,00 16,52 27,95	380,80 9,90 0,00 16,39 52,84	320,70 11,18 0,03 18,62 30,82
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)		(1), (2), (3) 1,09 0,00	(2), (6) 1,98 0,00	(1), (3) 1,08 3,00	(1), (2), (3) 0,59 0,00
UZSONNA		Citromos tea Borjómájás /Pick/ (2),(4) Francia bagett (1) Vajretek	Gyümölcsstea Sajtkrém /Tolle/ (2) Kiskifli (1),(2) Paradicsom	Gyümölcsstea Fokhagymás vajkrém /Milli/ (2) Búzakenyér (1) Sörretek	Tej (2) Vaníliás zabkása (1),(2)
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	200,30 6,77 2,71 6,36 27,48	120,70 1,76 0,11 3,46 21,16	160,00 4,44 2,60 4,92 24,08	261,60 9,76 0,00 11,88 30,90	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (4) 0,36 5,00	(1), (2) 0,00 5,00	(1), (2) 0,23 5,39	(1), (2) 0,00 4,00	

Egyesített 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 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				
REGGELI	Hideg tej (2) Házi pulykahús krém (6) Búzakenyér (1) Savanyú káposzta					Citromos tea Tojáskrém (3),(6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Jégcsapretek					November 01. 					Tej (2) Sertés párizsi /Pick/ (4) /Tipegő: párizsikrém/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Zöldpaprika					Pudingos tej (2) /Dr. Oetker/ Vénusz margarin Vajas kalács (1),(2),(3)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	242,30	9,28	1,09	12,28	26,48	205,30	8,56	1,90	5,29	26,40						245,50	10,50	2,14	9,23	27,90	274,90	9,40	0,95	9,29	38,13
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (6)		0,14	0,00		(1), (3), (6)		0,05	5,00							(1), (2), (4)		0,02	0,00		(1), (2), (3)		0,38	5,80	
TÍZÓRAI	Actimel (2)					Limonádé										Limonádé					Gyümölcs tea				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	80,00	2,00	0,00	3,00	12,00	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41						25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	21,80	0,00	0,00	0,00	5,20
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(2)		0,00	0,00		-		0,00	5,00							-		0,00	5,00		-		0,00	5,00	
EBÉD	Csirke aprópecsenye Zöldbabfőzelék (1),(2) Narancs					Gulyásleves (1),(3),(5) Almás kevert sütemény (1),(3) /Tipegő: Sertés apróhús, Kertészfőzelék (1),(2),(5), Alma/										Tejszínes póréahagymás csirke csíkok (1),(2) Párolt rizs /Tipegő: Párolt csirke, Cékla-főzelék (1),(2)/ Banán					Sült pulykamell Főtt burgonya Sóskamártás (1),(2) Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	252,30	7,73	2,38	17,92	25,29	392,50	19,39	0,00	12,53	38,04						431,40	10,68	2,10	18,89	61,44	415,10	16,15	2,38	18,41	46,68
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		1,00	0,00		(1), (3), (5)		0,61	16,67							(1), (2)		2,01	0,00		(1), (2)		2,08	5,00	
UZSONNA	Gyümölcs tea Kockasajt /Medve/ (2) Rozskenyér (1) Póréahagyma					Macikávét (1),(2) Magyaros vajkrém /Milli/ (2) Búzakenyér (1) Zöldpaprika										Csipkebogyó tea Sárgarépa vajkrém /Milli/ (2) Búzakenyér (1)					Citromos tea Vaníliás krémtúró /Milli/ (2) Vénusz margarin Kiskifli (1),(2)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	185,60	5,68	3,00	5,61	27,33	254,40	8,58	0,14	9,52	33,77	180,00	6,57	0,14	4,79	24,46	280,40	8,04	1,06	9,92	41,47					
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		0,50	5,00		(1), (2)		0,00	5,00		(1), (2)		0,00	5,00		(1), (2)		0,17	5,00						

Egysített 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!