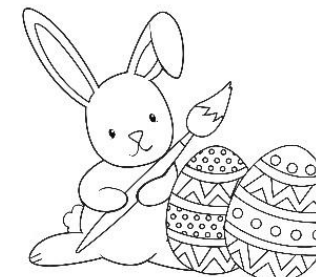


2024. Április 02. – Április 05.

TEJFEHÉRJE ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

14. 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><i>Április 01. Húsvét Hétfő</i></p>	Rizsital /Alpro/ Zöldfűszeres margarin /Vénusz/ Búzakenyér (1) Zöldpaprika	Hideg rizstej /Alpro/ Sonkakrém /Efef/ Búzakenyér (1) Kígyóuborka	Rizsital /Alpro/ Virslis /Sága Füstli/ Búzakenyér (1) Ketchup /Heinz/ (5)	Rizsital /Alpro/ Zalakrém /Kométa/ Francia bagett (1) Lilahagyma
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		217,40 7,67 2,04 4,74 31,82	212,40 5,69 1,09 8,09 31,62	264,00 9,62 3,42 9,82 33,86	236,60 6,88 1,87 6,19 36,92
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)		(1) 0,03 0,00	(1) 0,17 0,00	(1), (5) 0,98 0,00	(1) 0,26 0,00
TÍZÓRAI		Almalé /Happy Day 100 %/	Limonádé	Gyümölcs tea	Limonádé
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		69,00 0,15 0,00 0,15 16,95	25,40 0,00 0,00 0,07 5,41	21,80 0,00 0,00 0,00 5,20	25,40 0,00 0,00 0,07 5,41
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)		- 0,00 0,00	- 0,00 5,00	- 0,00 5,00	- 0,00 5,00
EBÉD		Tavaszi zöldségleves (5) Rizstejberizs Alma	Paradicsomos húsgombóc /Tojásmentes/ (1) Főtt burgonya Alma	Párolt pulykamell Zöldbabfőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Mandarin	Halrudacska /Tiko/(1),(8) Zöldborsófőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Narancs
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		428,50 7,38 0,00 6,75 81,39	232,70 0,94 0,00 15,37 39,73	242,90 10,42 0,00 14,72 28,76	349,50 11,94 0,54 15,68 38,69
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)		(1) 1,08 5,00	(1) 1,97 0,00	(1) 1,97 0,00	(1), (8) 1,21 0,00
UZSONNA		Rizsital /Alpro/ Zalakrém /Kométa/ Német zsemle (1) Póréhagyma	Gyümölcs tea Házi csirkehúskrém zellerrel (5),(6) Búzakenyér (1)	Rizsital /Alpro/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Koktélpáradicsom	Rizsital /Alpro/ Gabonagolyó /Nestlé/ (1)
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	228,00 7,48 2,17 5,11 34,54	168,00 3,75 1,09 8,25 24,36	191,00 4,65 1,09 4,70 32,02	140,80 2,07 0,00 1,94 27,94	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1) 0,32 0,00	(1), (5), (6) 0,12 5,00	(1) 0,02 0,00	(1) 0,00 0,00	

Egyesített bölcsődevezető

Bölcsődevezető

Dietetikus

Az étrend (1) glutént, (2) tejet, (3) tojást, (4) szójást, (5) zellert, (6) mustárt, (7) mogyorót, (8) halat, (9) dióféléket, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

2024. Április 08. – Április 12.

TEJFEHÉRJE ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

15. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	Rizsital /Alpro/ Olasz felvágott /Kométa/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Zöldpaprika	Rizsital /Alpro/ Padlizsánkrém (6) /Tojásmentes/ Rozsos bagett (1)	Hideg rizstej /Alpro/ Nosztalgia párizsi szelet /Pick/(4) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Póréhagyma	Rizsital /Alpro/ Borjómájás /Nádudvari/(4) Búzakenyér (1) Paradicsom	Hideg rizstej /Alpro/ Házi sertéshúspástétom (6) Búzakenyér (1) Kígyóuborka
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	247,80 9,40 1,09 5,51 34,34	210,20 5,65 0,95 3,80 35,59	226,70 7,80 2,38 6,44 32,13	229,50 7,84 2,74 6,92 31,56	250,20 9,37 2,60 8,02 32,64
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1) 0,35 0,00	(1) 0,02 0,00	(1), (4) 0,35 0,00	(1), (4) 0,27 0,00	(1), (6) 1,02 0,00
TÍZÓRAI	Limonádé	Narancslé /HohesC 100%/	Limonádé	Gyümölcs tea	Limonádé
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	25,40 0,00 0,00 0,07 5,41	69,00 0,15 0,00 0,15 18,00	25,40 0,00 0,00 0,07 5,41	21,80 0,00 0,00 0,00 5,20	25,40 0,00 0,00 0,07 5,41
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	- 0,00 5,00	- 0,00 0,00	- 0,00 5,00	- 0,00 5,00	- 0,00 5,00
EBÉD	Párolt csirkemell Fahéjas almamártás /Alpro Rizsital/(1) Kuskusz (1)	Sertés apróhús Finomfőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Banán	Burgonyakrémleves zöldségcsikokkal, pirított csirkehússal és rizstejjel (1),(5) Meggyes rizstejberizs (12)	Sült csirkecomb Kelkáposzta főzelék (1) Alma	Zabpelyhes rakott brokkoli pulykahússal (1) /Alpro Rizsital/ Narancs
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	389,10 8,24 0,04 20,74 54,99	407,60 10,61 0,00 17,06 57,26	466,60 6,66 0,00 14,25 85,57	274,20 10,75 0,00 17,89 24,13	305,70 11,36 0,10 15,34 31,42
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1) 1,99 6,00	(1) 1,47 0,00	(1), (5), (12) 1,08 17,50	(1) 1,47 0,00	(1) 1,01 0,00
UZSONNA	Hideg rizstej /Alpro/ Sárgarépás margarin /Vénusz/ Búzakenyér (1)	Citromos tea Baracklevél Vénusz margarin Búzakenyér (1)	Hideg rizstej /Alpro/ Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)	Rizsital /Alpro/ Lilahagymás margarin /Vénusz/ Búzakenyér (1)	Almás rizstejturmix Vénusz margarin Német zsemle (1)
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	192,30 4,64 1,09 4,68 32,42	175,80 3,58 1,09 4,41 30,32	202,90 4,61 1,09 4,50 35,27	220,70 7,63 2,04 4,72 32,73	234,90 5,26 1,09 3,14 43,14
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1) 0,02 0,00	(1) 0,02 5,00	(1) 0,02 3,50	(1) 0,03 0,00	(1) 0,02 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!

2024. Április 15. – Április 19.

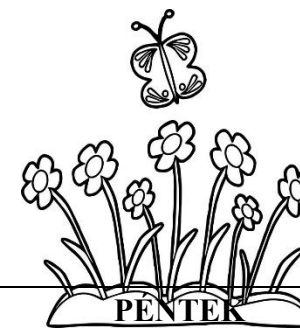
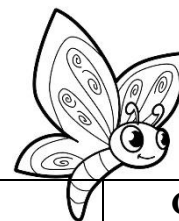
TEJFEHÉRJE ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

16. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Rizsital /Alpro/ Snidlinges margarin Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Hideg rizstej /Alpro/ Snidlinges margarin Búzakenyér (1) Jégcsapretek					Rizsital /Alpro/ Sonka szelet /Kométa/ Vénusz margarin Francia bagett (1) Lilahagyma					Hideg rizstej /Alpro/ Borjú párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika					Macikávés rizstejjel (1) Sonkakrém Búzakenyér (1)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	217,40	7,67	2,04	4,74	31,82	217,60	7,64	2,04	4,69	32,02	223,60	4,85	1,06	7,39	36,99	233,70	8,30	2,24	5,19	34,21	303,20	6,74	1,09	8,11	51,91
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		0,03	0,00		(1)	0,03	0,00			(1)	0,02	0,00			(1), (4)	0,35	0,00			(1)	0,17	5,00		
TÍZÓRAI	Limonádé					Ananászlé /Happy Day 100%/					Limonádé					Gyümölcsstea					Limonádé				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	69,00	0,15	0,00	0,15	16,95	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	21,80	0,00	0,00	0,00	5,20	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,00	5,00		-	0,00	0,00			-	0,00	5,00			-	0,00	5,00			-	0,00	5,00		
EBÉD	Pulyka apróhús Burgonyafőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Narancs					Sertés vadasan rizstejjel (1),(5),(6) Durum tészta (1) Körte					Párolt csirkemell Salátafőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma					Vagdalt szelet (1) /Tojásmentes/ Tökfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Banán					Párolt pulykamell Kelbimbó főzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Narancs				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	322,10	10,32	0,00	14,87	39,39	414,30	10,73	0,00	20,11	56,49	245,10	4,32	0,00	23,91	40,14	333,00	9,39	0,03	12,85	46,58	375,90	15,90	0,00	18,22	36,40
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		0,98	0,00		(1), (5), (6)	2,55	3,00			(1)	1,97	0,00			(1)	1,08	0,00			(1)	1,08	0,00		
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Sonkakrém /Efef/ Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka					Gyümölcsstea Tonhalkrém /Rio Mare/ (5),(6),(8) Német zsemle (1) Kígyóuborka					Rizsital /Alpro/ Házi pulykahúskrém (6) Búzakenyér (1) Hónapos retek					Rizsital /Alpro/ Sárgabarack lekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Gyümölcsstea Baracklekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	220,40	6,18	0,95	6,89	33,94	163,70	3,81	1,09	5,42	26,05	220,00	6,11	1,09	7,95	32,52	217,00	4,62	1,09	4,59	38,42	145,20	3,56	1,09	4,32	23,12
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		0,17	0,00		(1), (5), (6), (8)	0,04	5,00			(1), (6)	0,14	0,00			(1)	0,02	0,00			(1)	0,02	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, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

2024. Április 22. – Április 26.

TEJFEHÉRJE ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



17. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	<p><i>Április 21. Bölcsődék Napja</i></p>	Rizsital /Alpro/ Avokádókrém (3),(6) Búzakenyér (1)	Hideg rizstej /Alpro/ Petrezselymes margarin /Vénusz/ Búzakenyér (1) Hónapos retek	Vaníliás rizstej /Alpro/ Olasz felvágott /Kométa/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kígyóuborka	Rizsital /Alpro/ Sertés párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Német zsemle (1) Póréhagyma
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		350,90 19,41 3,19 6,65 33,57	189,10 4,63 1,09 4,72 31,62	326,70 10,28 1,09 7,28 50,26	237,20 8,38 2,57 5,51 34,40
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)		(1), (6) 0,04 0,00	(1) 0,02 0,00	(1) 0,35 5,00	(1), (4) 0,13 0,00
TÍZÓRAI		Gyümölcsstea	Limonádé	Gyümölcsstea	Limonádé
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		21,80 0,00 0,00 0,00 5,20	25,40 0,00 0,00 0,07 5,41	21,80 0,00 0,00 0,00 5,20	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 5,00	- 0,00 5,00
EBÉD		Zabpelyhes húsgombóc /Tojásmentes/ (1) Karlábéfőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma	Sült sertéshús Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Mandarin	Csirkehúsgombóclevés (5) /Tojásmentes/ Rizstejbedara (1) Kakaó szórát /Holland/ Alma	Csirke apróhús Parajfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Főtt burgonya (1) Körte
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		390,70 6,17 0,00 21,57 59,43	370,90 15,16 0,00 17,67 44,97	306,60 5,51 0,00 12,23 49,11	416,70 10,03 0,00 20,90 54,70
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)		(1) 1,47 0,00	(1) 1,98 5,00	(1), (5) 0,98 5,00	(1) 2,46 0,00
UZSONNA		Rizsital /Alpro/ Baracklevár Vénusz margarin Búzakenyér (1)	Hideg rizstej /Alpro/ Lilahagymás margarin /Vénusz/ Búzakenyér (1)	Citromos tea Gyulai májas (4),(6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Zöldpaprika	Rizsital /Alpro/ Kukoricapehely
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	217,00 4,62 1,09 4,59 38,42	220,70 7,63 2,04 4,72 32,73	152,50 3,15 0,00 4,17 26,12	139,20 1,33 0,00 1,72 29,82	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1) 0,02 0,00	(1) 0,03 0,00	(1), (4), (6) 0,20 5,00	- 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) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

2024. Április 29. – Május 03.

TEJFEHÉRJE ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



18. hét

ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA	CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Rizsital /Alpro/ Zalakrém /Kométa/ Német zsemle (1) Hónapos retek					Gyümölcsstea Borjúpárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Újhagyma					<p><i>Május 01.</i></p>	Rizsital /Alpro/ Snidlinges margarin /Vénusz/ Búzakenyér (1) Lilahagyma					Rizsital /Alpro/ Sonka szelet Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kígyóborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	221,10	7,01	1,90	5,03	33,96	187,20	6,76	2,38	6,37	24,33		220,70	7,63	2,04	4,72	32,73	200,30	4,74	1,14	6,64	32,22
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		0,26		0,00	(1), (4)		0,35		5,00		(1)	0,03		0,00	(1)	0,30		0,00		
TÍZÓRAI	Limonádé					Szőlőlé /Sió/						Limonádé					Gyümölcsstea				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	65,40	0,75	0,00	0,00	15,75		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		5,00	-		0,00		0,00		-		0,00		5,00	-		0,00		5,00
EBÉD	Pulykavagdalt (1) /Tojásmentes/ Zelleres burgonyapüré rizstejjel (5) Csemege uborka (6) Körte					Rizses hús Házi céklasaláta Alma						Halfasírt (1),(8) /Tojásmentes/ Sárgarépa főzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Banán					Csirkemell csíkok Zöldbabfőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	384,90	15,99	1,90	13,24	45,09	357,60	9,17	0,02	15,44	49,56		305,40	6,53	0,03	15,49	43,89	213,40	4,23	0,00	16,54	25,96
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (5), (6)			1,27		0,00	-		1,14			0,00	(1), (8)		1,47		0,00	(1)	1,47		0,00
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Petrezselymes margarin /Vénusz/ Búzakenyér (1) Paradicsom					Vaníliás rizstej /Alpro/ Sonka szelet Vénusz margarin Teljes kiörlésű kenyér (1) Zöldpaprika						Gyümölcsstea Sonkakrém /Efef/ Búzakenyér (1)					Rizsital /Alpro/ Detki zabálom almás, zabpelyhes keksz (1)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	189,90	4,64	1,09	4,52	31,28	293,40	6,31	1,00	5,66	53,10	168,70	4,62	1,09	7,71	23,18	156,00	5,25	1,82	1,68	25,30	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		0,02		0,00	(1)	0,30		5,00		(1)	0,17		5,00	(1)	0,25		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, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!