

2024. Április 02. – Április 05.

TEJFEHÉRJEMENTES ÉTLAP

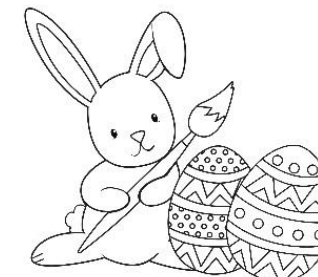
Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



14. hét



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/ Zalakerem /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 (1),(3),(5) Rizstejberizs Alma	Paradicsomos húsgombóc /Pulykamell/ (1),(3) 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)		461,80 7,82 0,00 7,71 87,56	239,30 1,42 0,00 16,02 39,75	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), (3), (5) 1,08 5,00	(1), (3) 1,97 0,00	(1) 1,97 0,00	(1), (8) 1,21 0,00
UZSONNA		Rizsital /Alpro/ Tojáskrém (3),(6) 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)	242,40 9,27 2,04 5,14 34,33	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), (3), (6) 0,05 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) mogorót, (8) halat, (9) dióféléket, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfidot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

2024. Április 08. – Április 12.

TEJFEHÉRJEMENTES 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 (3),(6) 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) Kígyóborka
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	247,80 9,40 1,09 5,51 34,34	230,30 7,90 1,75 3,81 35,61	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), (3), (6) 0,04 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 zöldségsíkokkal, 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/ Sárgarépas 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.

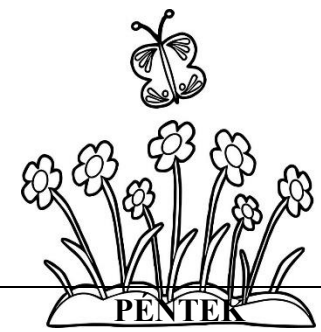
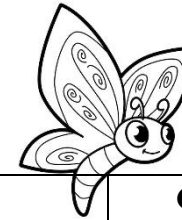
TEJFEHÉRJEMENTES ÉTLAP

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/ Tojáskrém (3),(6) 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	Macikavé rizstejjel (1) Tepsis bundás kenyér (1),(3) /Tejfehérje mentes/
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	238,40 9,16 2,04 6,73 31,99	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	298,50 6,06 0,14 8,12 52,66
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (3), (6) 0,05 0,00	(1) 0,03 0,00	(1) 0,02 0,00	(1), (4) 0,35 0,00	(1), (3) 0,49 5,00
TÍZÓRAI	Limonádé	Ananászlé /Happy Day 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 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),(3) Tökfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Banán	Párolt pulykamell Kelbimbó főzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Narancs
Energia cKal./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	336,30 9,63 0,03 13,17 46,59	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), (3) 1,08 0,00	(1) 1,08 0,00
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Sonkkrém /Efef/ Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóborka	Gyümölcs tea Tonhalkrém /Rio Mare/ (5),(6),(8) Német zsemle (1) Kígyóborka	Rizsital /Alpro/ Házi pulykahúskrém (6) Búzakenyér (1) Hónapos retek	Rizsital /Alpro/ Sárgabarack lekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)	Gyümölcs tea Baracklekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)
Energia cKal./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) diófélét, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

2024. Április 22. – Április 26.

TEJFEHÉRJEMENTES ÉTLAP

17. 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 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 /Pulykamell/ (1),(3) Karlábéfézselék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma	Sült sertéshús Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Mandarin	Csirkehúsgombóclevés (3),(5) Rizstejbedara (1) Kakaó szórat /Holland/ Alma	Csirke apróhús Parajfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Főtt burgonya (1) Körte
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		394,00 6,41 0,00 21,89 59,44	370,90 15,16 0,00 17,67 44,97	309,90 5,75 0,00 12,55 49,12	416,70 10,03 0,00 20,90 54,70
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)		(1), (3) 1,47 0,00	(1) 1,98 5,00	(1), (3), (5) 0,98 5,00	(1) 2,46 0,00
UZSONNA		Rizsital /Alpro/ Baracklevél 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, szulfidot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

2024. Április 29. – Május 03.

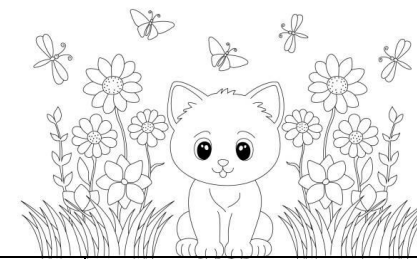
TEJFEHÉRJEMENTES ÉTLAP

18. 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	Rizsital /Alpro/ Zalakrém /Kométa/ Német zsemle (1) Hónapos retek					Gyümölcsstea Borjúpárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Újhagyma					<p>Május 01.</p>	Rizsital /Alpro/ Snidlinges margarin /Vénusz/ Búzakenyér (1) Lilahagyma					Rizsital /Alpro/ Főtt tojáskarika (3) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kígyóuborka				
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	221,80	7,03	1,09	7,92	31,68
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		0,26		0,00	(1), (4)		0,35		5,00		(1)	0,03		0,00	(1), (3)	0,02		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	Stefánia pulykavagdalt (1),(3) Zelleres burgonyapüré rizstejjel (5) Csemege uborka (6) Körte					Rizses hús Házi céklasaláta Alma						Halfásirt (1),(3),(8) Sárgarépa főzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Banán					Csirkemell csíkok Zöldbabfőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	403,00	17,42	1,90	15,12	44,75	357,60	9,17	0,02	15,44	49,56		303,10	6,96	0,03	14,19	43,80	213,40	4,23	0,00	16,54	25,96
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (3), (5), (6)		2,62		0,00	-		1,14		0,00		(1), (3), (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 kiőrlésű 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) szójást, (5) zellert, (6) mustárt, (7) mogorót, (8) halat, (9) dióféléket, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfítot, (13) csillagfűrtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!