

2024. Június 03. – Június 07.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP



23. 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	Tejeskávé (1),(2) Debreceni sonkakrém /Kedvenc Ízek/ Német zsemle (1) Kígyóuborka	Hideg tej (2) Snidlinges tojáskrém (3),(6) Búzakenyér (1) Koktélpáradicsom	Tej (2) Főtt virsli /Sága/ Rozskenyér (1) Ketchup /Heinz/ (5)	Kakaó /Holland/ (2) Sertés párizsi /Pick/ (4) /Tipegő: Párizsi krém/ Vénusz margarin Kiskifli (1),(2) Tricolor paprika	Hideg tej (2) Körözött (2) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	256,80 8,06 1,15 9,76 35,55	231,80 9,24 1,09 10,95 25,84	293,00 13,25 3,28 12,94 29,93	273,70 11,73 2,11 10,27 31,19	251,70 9,39 1,40 11,28 28,73
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	(1), (2) 0,36 5,00	(1), (2), (3), (6) 0,11 0,00	(1), (2), (5) 0,98 0,00	(1), (2), (4) 0,02 5,00	(1), (2) 0,11 0,00
TÍZÓRAI	Grapefruitos limonádé	Almalé /Happy Day 100%/	Mentás limonádé	Gyümölcsstea	Limonádé
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	28,30 0,00 0,00 0,04 6,37	64,50 0,00 0,00 0,00 15,00	21,70 0,00 0,00 0,02 5,10	22,90 0,00 0,00 0,04 5,21	25,40 0,00 0,00 0,07 5,41
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	- 0,00 5,00	- 0,00 0,00	- 0,00 5,00	- 0,00 5,00	- 0,00 5,00
EBÉD	Fokhagymás sertéssült Parajfőzelék (1),(2) Alma	Húsgombóc (3) Karalábé főzelék (1),(2) Banán	Reszelt csirkemáj Petrezselymes burgonya (2) Csemege uborka (6) /Tipegő: Párolt csirkemáj, Burgonyafőzelék (1),(2)/ Alma	Zabpelyhes sertéshúsgombóc (1),(3) Kapormártás (1),(2) Kuskusz (1) Banán	Pulyka aprópecsenye Zöldbabfőzelék (1),(2) Alma
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	348,20 16,63 0,00 20,18 22,84	408,40 9,04 1,89 20,50 57,85	399,80 23,35 0,00 15,33 30,11	479,90 17,70 2,14 17,10 58,59	319,10 14,95 2,38 17,95 25,17
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	(1), (2) 1,97 0,00	(1), (2), (3) 1,49 0,00	(2), (6) 1,01 0,00	(1), (2), (3) 2,96 1,00	(1), (2) 1,49 0,00
UZSONNA	Tej (2) Teavaj /Mesés 82%/ (2) Kalács (1),(2),(3)	Gyümölcsstea Házi csirkehús krém (6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma	Tej (2) Lilahagymás vajkrém (2) Francia bagett (1) Hónapos retek	Gyümölcsstea Eperlekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)	Tej (2) Kukoricapehely /Tipegő: Almás zabkása (1),(2)/
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	265,40 13,00 0,00 8,18 28,70	182,20 4,22 0,95 7,19 27,80	230,60 7,30 0,11 9,04 31,32	166,60 3,58 1,09 4,42 27,93	160,20 4,48 0,00 6,04 23,57
Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3) 0,35 0,80	(1), (6) 0,12 5,00	(1), (2) 0,00 0,00	(1) 0,02 5,00	(2) 0,00 0,00

Egyesített bölcsődevezető

Bölcsődevezető

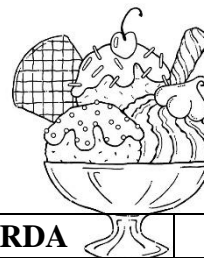
Dietetikus

Az étrend (1) glutént, (2) tejet, (3) tojást, (4) szóját, (5) zellert, (6) mustárt, (7) mogorót, (8) halat, (9) 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	Hideg tej (2) Téliszalámi /Pick/ /Tipegő: Szalámi krém/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Paradicsom					Tej (2) Halkrém /Rio Mare/ (5),(6),(8) Német zsemle (1) Póréhagyma					Tej (2) Padlizsánkrém (3),(6) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka					Tej (2) Sült paprikakrém Teljes kiőrlésű kenyér (1)					Gyümölcs tea Kockasajt /Medve/ (2) Német zsemle (1) Zöldpaprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	316,80	17,20	4,89	13,84	25,15	228,60	8,03	1,09	10,01	28,39	281,00	14,08	2,01	8,36	29,90	208,20	5,35	0,00	8,49	30,98	175,50	4,75	2,74	5,36	26,76
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		0,86	0,00	(1), (2), (5), (6), (8)			0,04	0,00	(1), (2), (3), (6)		0,08	0,00	(1), (2)		0,20	0,00	(1), (2)		0,40	5,00				
TÍZÓRAI	Mentás limonádé					Citromos tea					Limonádé					Gyümölcs tea					Szőlőlé /Sió/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	21,70	0,00	0,00	0,02	5,10	22,90	0,00	0,00	0,04	5,21	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	22,90	0,00	0,00	0,04	5,21	61,50	0,75	0,00	0,00	14,85
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-			0,00	5,00	-		0,00	5,00	-		0,00	5,00	-		0,00	5,00	-		0,00	0,00				
EBÉD	Olaszos csirkevagdalt (1),(3) Burgonyapüré (2) Céklasaláta Alma					Gulyásleves (5) Meggyes kevert sütemény (1),(2),(3),(12) /Tipegő: Párolt sertéscomb, Vegyesfőzelék (1),(2), Alma/					Párolt pulykahús Zöldborsófőzelék (1),(2) Görögdiinnye					Sertéssült Kelkáposztafőzelék (1) Alma					Sült csirkemell Tökfőzelék (1),(2) Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	311,70	10,11	0,05	15,85	37,59	361,40	15,82	2,10	12,48	39,53	289,40	11,51	0,00	19,14	21,96	318,40	15,12	0,00	18,19	24,65	360,60	10,39	2,80	19,35	44,24
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3)			1,25	0,00	(1), (2), (3), (5), (12)			0,65	13,00	(1), (2)		1,47	0,00	(1)		1,47	0,00	(1), (2)		1,49	0,00			
UZSONNA	Tej (2) Sajt szelet (2) Vénusz margarin /Tipegő: Sajtkrém (2)/ Teljes kiőrlésű kenyér (1) Vajretek					Gyümölcs tea Ricottakrém /Szarvasi/ (2) Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Citromos tea Házi sertéshús krém (6) Kiskifli (1),(2) Lilahagyma					Vaníliás tej (2) Sonkakrém /Kométa/ Búzakenyér (1) Koktélparadicsom					Gyümölcsjoghurt /Good Milk/ (2) Vénusz margarin Kiskifli (1),(2)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	268,40	12,16	0,95	11,55	27,64	148,60	2,62	0,84	5,62	24,22	164,90	4,81	1,06	5,84	23,43	280,10	12,60	2,28	12,62	30,97	221,80	4,74	1,81	6,47	36,58
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		0,17	0,00	(1), (2)		0,03	5,00	(1), (2), (6)		1,02	5,00	(1), (2)		0,51	5,00	(1), (2)		0,17	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) csillagfűt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

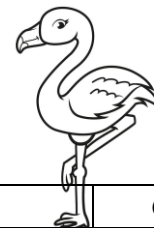
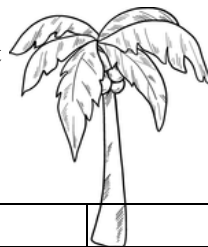
2024. Június 17. – Június 21.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

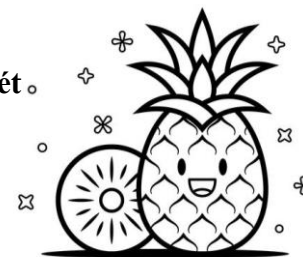
Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



25. hét.



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Hideg tej (2) Borjómájás /Pick/ (2),(4) Német zsemle (1) Csemege uborka (6)					Karamellás tej (2) Baromfi párizsi krém /Pick/ (4) Búzakenyér (1) Paradicsom					Tej (2) Avokádókrém (3),(6) Rozskenyér (1) Kígyóuborka					Hideg tej (2) Olasz felvágott /Kométa/ /Tipegő: Olasz krém/ Vénusz margarin Teljes kiörlésű kenyér (1) Zöldpaprika					Macikávét (1),(2) Burgundi sonka /Kedvenc Ízek/ /Tipegő: Sonkakrém/ Vénusz margarin Kiskifli (1),(2) Vajretek				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	253,00	11,11	2,74	9,71	27,89	273,10	11,20	2,29	11,04	30,37	382,30	23,06	3,05	9,97	29,98	273,80	12,90	0,95	10,26	28,29	235,00	7,90	1,12	9,32	30,93
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (4), (6)			0,36	0,00	(1), (2), (4)			0,42	5,00	(1), (2), (3), (6)			0,04	0,00	(1), (2)		0,35	0,00	(1), (2)		0,36	5,00		
TÍZÓRAI	Őszibaracklé /Happy Day/					Gyümölcs tea					Grapefruitos limonádé					Gyümölcs tea					Mentás limonádé				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	22,90	0,00	0,00	0,04	5,21	28,30	0,00	0,00	0,04	6,37	22,90	0,00	0,00	0,04	5,21	21,70	0,00	0,00	0,02	5,10
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-			0,00	0,00	-			0,00	5,00	-			0,00	5,00	-		0,00	5,00	-		0,00	5,00		
EBÉD	Párolt pulykahús Brokkolifőzelék (1),(2) Alma					Sertéspörkölt Zellerfőzelék (1),(2),(5) Görögdinnye					Mézes-mustáros csirkemell ragu (1),(2),(6) Bulgur (1) /Tipegő: Párolt csirke, Burgonyafőzelék (1),(2)/ Alma					Párolt csirkecomb Finomfőzelék (1),(2) Görögdinnye					Sertés aprópecsenye Cukkini főzelék (1),(2) Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	301,70	15,47	3,63	16,98	20,06	302,40	12,44	1,75	15,72	30,28	379,80	14,33	5,60	20,61	41,59	169,80	3,41	0,00	6,30	27,77	255,80	13,60	2,38	15,62	26,28
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)			1,58	0,00	(1), (2), (5)			1,50	0,00	(1), (2), (6)			1,35	7,00	(1), (2)		1,47	0,00	(1), (2)		1,49	0,00		
UZSONNA	Tej (2) Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin /Tipegő: Tojáskrém (3),(6)/ Teljes kiörlésű kenyér (1) Póréhagyma					Gyümölcs tea Házi vaníliás túrókrém (2) Kalács (1),(2),(3)					Tej (2) Házi sonkakrém kifli (1),(2),(3),(10) /Tipegő: Sonkakrém, Búzakenyér (1)/					Gyümölcs tea Lilahagymás sajtkrém (2) Búzakenyér (1)					Tej (2) Csokigolyó (1) /Tipegő: Almás zabkása (1),(2)/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	253,40	10,68	0,95	11,13	28,24	167,10	2,50	0,70	5,06	30,30	631,00	42,35	0,00	19,02	43,80	208,40	8,34	1,85	6,91	25,24	161,80	5,22	0,00	6,26	21,69
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3)			0,02	0,00	(1), (2), (3)			0,35	8,80	(1), (2), (3), (10)			1,89	1,33	(1), (2)		0,03	5,00	(1), (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) csillagfűrtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

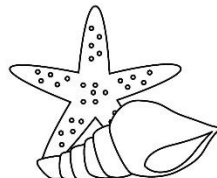
2024. Június 24. – Június 28.

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



26. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Tejeskávé (1),(2) Kemencés sonkakrém /Kométa/ Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom					Tej (2) Zala felvágott /Kométa/ /Tipegő: Zalai krém/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Póréhagyma					Tej (2) Sárgabaracklekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Gyümölcs tea Házi pulykahúskrém (6) Német zsemle (1) Zöldpaprika					Tej (2) Főtt virsli /Sága Füstli/ Búzakenyér (1) Ketchup /Heinz/ (5)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	266,10	8,52	0,95	10,83	35,00	241,40	10,05	1,90	11,06	26,03	227,80	7,77	1,09	8,88	29,77	184,30	5,23	1,09	6,20	26,75	285,00	12,77	3,42	14,14	27,61
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2)		0,02	5,00		(1), (2)		0,26	0,00		(1), (2)		0,02	0,00		(1), (6)		0,14	5,00		(1), (2), (5)		0,98	0,00	
TÍZÓRAI	Mentás limonádé					Gyümölcs tea					Narancslé /Happy Day 100%/					Gyümölcs tea					Limonádé				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	21,70	0,00	0,00	0,02	5,10	22,90	0,00	0,00	0,04	5,21	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	22,90	0,00	0,00	0,04	5,21	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	
EBÉD	Spenótos csirkehúsos tészta /Gyermelyi Rövidcső/ (1),(2),(3) /Tipegő: Párolt csirkemell, Parajfőzelék (1),(2)/ Görögdinnye					Sertéssült Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Alma					Párolt csirkemell Céklafőzelék (1),(2) Görögdinnye					Raguleves (1),(2),(5) Túrófelfújt, erdei gyümölcs öntet (1),(2),(3) /Tipegő: Pulyka apróhús, Kertészfőzelék (1),(2)/ Alma					Májfelfújt (1),(3) Krémjoghurtos sárgarépa főzelék (1),(2) Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	387,50	15,07	31,26	23,84	7,26	392,30	15,16	0,00	17,43	42,70	210,10	4,28	0,00	19,40	22,61	751,70	29,68	7,01	28,32	87,40	253,80	7,32	2,83	13,73	32,40
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3)		1,22	0,00		(1)		1,98	5,00		(1), (2)		1,47	0,00		(1), (2), (3), (5)		1,06	52,00		(1), (2), (3)		0,61	0,00	
UZSONNA	Hideg tej (2) Tojáskrém (3),(6) Búzakenyér (1) Vajretek					Kakaó /Holland/ (2) Teavaj /Mesés 82%/ (2) Fonott kalács (1),(2),(3)					Gyümölcs tea Edami sajt szelet (2) Vénusz margarin /Tipegő: Sajtkrém/ Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka					Gyümölcs tea Magyaros vajkrém (2) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka					Gyümölcs tea Házi vaníliapuding (1),(2) Háztartási keksz /Detki/ (1),(12)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	257,60	12,27	2,04	10,99	25,32	313,90	14,40	0,00	9,68	36,05	224,30	9,26	0,95	8,36	26,01	169,50	4,81	0,00	3,78	26,66	264,40	7,34	0,00	7,91	40,80
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (2), (3), (6)		0,05	0,00		(1), (2), (3)		0,35	5,80		(1), (2)		0,22	5,00		(1), (2)		0,00	5,00		(1), (2), (12)		0,04	10,00	

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) csillagfűrtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!