

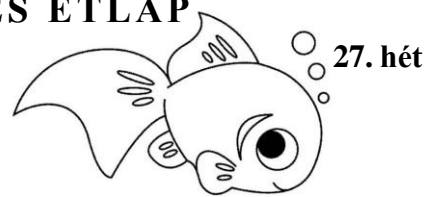
2024. Július 01. – Július 05.

PARADICSOMMENTES ÉTLAP

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   |
|--|--|--|--|--|--|
| <b>REGGELI</b>                               | Karamellás tej (2)<br>Teavaj /Mesés 82%/ (2)<br>Kalács (1),(2),(3) | Tej (2)<br>Téliszalámi /Pick/<br>Vénusz margarin<br>Teljes kiőrlésű kenyér (1)<br>Póréhagyma | Tejeskávé (1),(2)<br>Sonka szelet /Kométa/<br>Vénusz margarin<br>Német zsemle (1)<br>Retek | Tej (2)<br>Házi sertéshúskrém (6)<br>Teljes kiőrlésű kenyér (1)<br>Kápia paprika | Tej (2)<br>Zalakrém /Kométa/<br>Búzakenyér (1)<br>Vajretek               |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 318,30 16,40 2,78 8,30 33,26                                       | 325,20 17,68 4,75 12,91 28,22  | 258,30 8,37 1,27 10,11 34,74   | 282,80 13,02 2,46 11,22 29,45  | 238,60 10,03 1,90 10,95 25,38  |
| Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)  | (1), (2), (3) 0,00 5,00  | (1), (2) 0,86 0,00   | (1), (2) 0,29 5,00   | (1), (2), (6) 1,02 0,00  | (1), (2) 0,26 0,00   |
| <b>TÍZÓRAI</b>                               | Limonádé   | Gyümölcsstea   | Almalé /Happy Day 100%/  | Grapefruitos limonádé  | Gyümölcsstea   |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 23,00 0,00 0,00 0,00 5,40  | 22,90 0,00 0,00 0,04 5,21  | 42,20 0,09 0,00 0,12 10,83   | 28,30 0,00 0,00 0,04 6,37  | 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>                                  | Csirkemell apróhús<br>Édeskáposztafőzelék (1),(2)<br>Görögdinnye   | Vagdalt szelet (1),(3)<br>Zelleres burgonyapüré (2),(5)<br>Alma                              | Főtt pulykamell<br>Vadas mártás (1),(2),(5),(6)<br>Rövidcső tészta (1),(3)<br>Görögdinnye  | Sertéspecsenye<br>Kínaikeel főzelék (1)<br>Alma                                  | Rakott zöldbab (1),(2)<br>Nektarin                                       |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 223,50 10,96 1,40 5,16 24,50                                       | 369,00 19,71 0,03 14,47 32,10  | 432,90 14,92 28,32 22,22 24,42   | 292,90 14,20 0,00 14,67 23,98  | 410,80 16,19 3,57 21,71 44,50  |
| Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)  | (1), (2) 1,48 0,00   | (1), (2), (3), (5) 1,12 0,00   | (1), (2), (3), (5), (6) 3,01 3,00  | (1) 0,98 0,00  | (1), (2) 1,20 0,00   |
| <b>UZSONNA</b>                               | Tej (2)<br>Tojáskrém (3),(6)<br>Német zsemle (1)<br>Vajretek       | Gyümölcsstea<br>Philadelphia sajtkrém (2)<br>Kiskifli (1),(2)<br>Kígyóuborka                 | Tej (2)<br>Snidlinges túrókrém (2)<br>Búzakenyér (1)<br>Zöldpaprika                        | Gyümölcsstea<br>Magyaros vajkrém /Milli/ (2)<br>Német zsemle (1)<br>Kígyóuborka  | Házi barackos gyümölcsjoghurt (2)<br>Vénusz margarin<br>Kiskifli (1),(2) |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 260,60 12,39 2,04 9,35 27,43                                       | 136,80 3,71 0,11 3,32 21,77  | 213,60 6,17 0,32 11,86 26,68   | 164,50 4,46 0,14 3,34 26,45  | 178,10 6,55 2,86 5,61 23,74  |
| Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)  | (1), (2), (3), (6) 0,05 0,00                                       | (1), (2) 0,00 5,00   | (1), (2) 0,11 0,00   | (1), (2) 0,00 5,00   | (1), (2) 0,12 1,00   |

Egyesített bölcsődevezető

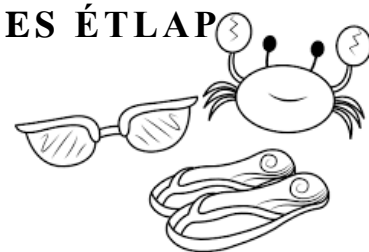
Bölcsődevezető

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!

2024. Július 08. – Július 12.

# PARADICSOMMENTES ÉTLAP



28. 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   |       |      |       |       |
|--|--|------|------|-------|-------|---|-------|------|-------|-------|---|-------|------|-------|-------|---|-------|------|-------|-------|--|-------|------|-------|-------|
| <b>REGGELI</b>                               | Tej (2)<br>Sonkás vajkrém<br>/Milli/ (2)<br>Búzakenyér (1)<br>Vajretek |      |      |       |       | Tejeskávé (2)<br>Borjú párizsi /Pick/ (4)<br>Vénusz margarin<br>Francia baguette (1)<br>Zöldpaprika |       |      |       |       | Gyümölcsstea<br>Padlizsánkrém (3),(6)<br>Búzakenyér (1)                           |       |      |       |       | Hideg tej (2)<br>Prágai sonka /Kométa/<br>Vénusz margarin<br>Teljes kiőrlésű kenyér (1)<br>Kígyóborka |       |      |       |       | Gyümölcsstea<br>Kockasajt /Medve/ (2)<br>Kiskifli (1),(2)<br>Kápia paprika |       |      |       |       |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 210,10   | 7,03 | 1,94 | 10,20 | 25,75 | 290,90  | 10,98 | 2,35 | 10,27 | 36,93 | 209,60  | 9,38  | 2,15 | 4,90  | 25,40 | 239,60  | 9,31  | 1,37 | 10,67 | 27,86 | 155,90   | 4,58  | 2,71 | 4,99  | 22,78 |
| Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)  | (1), (2)   |      | 0,18 | 0,00  |       | (1), (2), (4)   |       | 0,35 | 5,00  |       | (1), (3), (6)   |       | 0,08 | 5,00  |       | (1), (2)  |       | 0,38 | 0,00  |       | (1), (2)   |       | 0,40 | 5,00  |       |
| <b>TÍZÓRAI</b>                               | Gyümölcsstea   |      |      |       |       | Ananászlé /Happy Day 100%/  |       |      |       |       | Limonádé  |       |      |       |       | Citromos tea  |       |      |       |       | Mentás limonádé  |       |      |       |       |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 22,90  | 0,00 | 0,00 | 0,04  | 5,21  | 42,20   | 0,09  | 0,00 | 0,12  | 10,83 | 23,00   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 5,40  | 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 | 5,00  |       | -   |       | 0,00 | 0,00  |       | -   |       | 0,00 | 5,00  |       | -   |       | 0,00 | 5,00  |       | -  |       | 0,00 | 5,00  |       |
| <b>EBÉD</b>                                  | Húsgombóc (1),(3)<br>Karalábefőzelék (1),(2)<br>Alma                   |      |      |       |       | Pulyka apróhús<br>Sárgarépa főzelék (1),(2)<br>Nektarin   |       |      |       |       | Csirkepaprikás (1),(2)<br>Szarvacska tészta (1),(3)<br>Csemege uborka (6)<br>Alma |       |      |       |       | Sertéssült<br>Burgonyafőzelék (1),(2)<br>Banán  |       |      |       |       | Tojásfelfűjt (1),(3)<br>Karfiolfőzelék (1),(2)<br>Görögdinnye              |       |      |       |       |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 351,00   | 5,64 | 1,89 | 22,50 | 50,27 | 282,10  | 11,18 | 0,00 | 14,96 | 30,26 | 304,10  | 10,62 | 2,80 | 17,52 | 32,76 | 395,40  | 14,95 | 2,80 | 18,02 | 43,78 | 293,40   | 14,49 | 2,83 | 14,57 | 26,75 |
| Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)  | (1), (2), (3)  |      | 1,49 | 0,00  |       | (1), (2)  |       | 0,98 | 0,00  |       | (1), (2), (3), (6)  |       | 2,05 | 0,00  |       | (1), (2)  |       | 1,49 | 0,00  |       | (1), (2), (3)  |       | 1,01 | 0,00  |       |
| <b>UZSONNA</b>                               | Tej (2)<br>Házi vaníliás túrókrém (2)<br>Kiskifli (1),(2)              |      |      |       |       | Csipketea<br>Tejszínes krémsajt /Tolle/ (2)<br>Búzakenyér (1)<br>Póréhagyma                         |       |      |       |       | Hideg tej (2)<br>Teavaj (2)<br>Német zsemle (1)<br>Zöldpaprika                    |       |      |       |       | Csipketea<br>Tejbedara (1),(2)<br>Kakaó szórát /Holland/  |       |      |       |       | Hideg tej (2)<br>Corn flakes /Nestlé/                                      |       |      |       |       |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 217,80   | 6,46 | 0,84 | 10,57 | 28,46 | 151,80  | 2,85  | 1,94 | 5,85  | 24,56 | 262,00  | 12,95 | 0,14 | 7,83  | 27,74 | 227,70  | 2,83  | 0,00 | 5,39  | 43,26 | 160,20   | 4,48  | 0,00 | 6,04  | 23,57 |
| Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)  | (1), (2)   |      | 0,00 | 3,00  |       | (1), (2)  |       | 0,18 | 5,00  |       | (1), (2)  |       | 0,00 | 0,00  |       | (1), (2)  |       | 0,00 | 15,00 |       | (2)  |       | 0,00 | 0,00  |       |

Egyesített bölcsődevezető

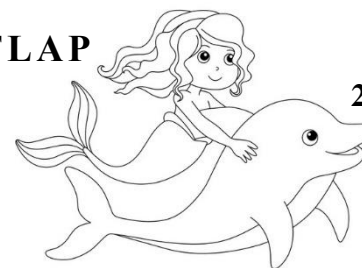
Bölcsődevezető

Dietetikus

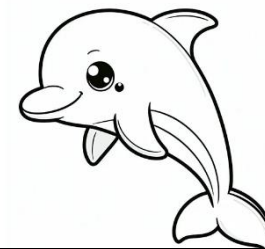
Az étrend (1) glutént, (2) tejet, (3) tojást, (4) szóját, (5) zellert, (6) mustárt, (7) mogyorót, (8) halat, (9) dióféléket, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfidot, (13) csillagfűrtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

2024. Július 15. – Július 19.

# PARADICSOMMENTES ÉTLAP



29. 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   |       |      |       |       |
|---|---|-------|------|-------|-------|--|-------|------|-------|-------|--|-------|------|-------|-------|---|-------|------|-------|----------|--|-------|------|-------|-------|
| <b>REGGELI</b>                                | Hideg tej (2)<br>Olasz felvágott /Kométa/<br>Vénusz margarin<br>Teljes kiőrlésű kenyér (1)<br>Zöldpaprika |       |      |       |       | Hideg tej (2)<br>Tojáskrém (3),(6)<br>Német zsemle (1)<br>Vajretek     |       |      |       |       | Tej (2)<br>Párizsi krém /Pick/ (4)<br>Búzakenyér (1)<br>Kígyóborka                   |       |      |       |       | Hideg tej (2)<br>Tonhalkrém<br>/Rio Mare/ (5),(6),(8)<br>Teljes kiőrlésű kenyér (1)<br>Póréhagyma |       |      |       |          | Macikávét (1),(2)<br>Trappista sajt szelet (2)<br>Vénusz margarin<br>Kiskifli (1),(2)<br>Zöldpaprika |       |      |       |       |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)  | 279,00  | 13,34 | 0,95 | 10,90 | 27,95 | 263,00   | 12,42 | 2,04 | 9,19  | 27,33 | 245,10   | 10,93 | 2,38 | 10,67 | 25,39 | 233,60  | 8,38  | 0,95 | 10,44 | 28,59    | 274,30   | 11,69 | 1,06 | 10,77 | 30,92 |
| Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g) | (1), (2)  |       |      | 0,42  | 0,00  | (1), (2), (3), (6)   |       |      | 0,05  | 0,00  | (1), (2), (4)  |       |      | 0,36  | 0,00  | (1), (2), (5), (6), (8)   |       |      | 0,04  | 0,00     | (1), (2)   |       | 0,17 | 5,00  |       |
| <b>TÍZÓRAI</b>                                | Őszilé /Happy Day/  |       |      |       |       | Citromos tea   |       |      |       |       | Grapefruitos limonádé  |       |      |       |       | Gyümölcs tea  |       |      |       |          | 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     | 23,00  | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 5,40  |
| Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g) | -   |       |      | 0,00  | 0,00  | -  |       |      | 0,00  | 5,00  | -  |       |      | 0,00  | 5,00  | -   |       |      | 0,00  | 5,00     | -  |       | 0,00 | 5,00  |       |
| <b>EBÉD</b>                                   | Sült csirkecomb<br>Kapos tökfőzelék (1),(2)<br>Görögdinnye  |       |      |       |       | Sertés apróhús,<br>Mexikói főzelék (1),(2)<br>Alma                     |       |      |       |       | Frankfurti leves (1),(2),(5)<br>/Sága füstli virsli/<br>Barackos piskóta (1),(2),(3) |       |      |       |       | Csirkemáj rizottó (2)<br>/Tipegő: Reszelt máj,<br>Zöldborsófőzelék (1),(2)/<br>Görögdinnye        |       |      |       |          | Párolt csirke<br>Brokkoli főzelék (1),(2)<br>Nektarin  |       |      |       |       |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)  | 291,90  | 10,34 | 2,80 | 16,77 | 31,36 | 300,30   | 10,99 | 0,00 | 14,49 | 31,03 | 386,70   | 19,98 | 5,38 | 11,38 | 39,97 | 321,30  | 12,30 | 1,50 | 21,80 | 27,88    | 283,70   | 8,75  | 3,63 | 22,60 | 27,48 |
| Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g) | (1), (2)  |       |      | 1,49  | 0,00  | (1), (2)   |       |      | 0,98  | 0,00  | (1), (2), (3), (5)   |       |      | 1,82  | 17,00 | (2)   |       | 1,28 | 0,00  | (1), (2) |  | 2,07  | 0,00 |       |       |
| <b>UZSONNA</b>                                | Hideg tej (2)<br>Teavaj (2)<br>Kiskifli (1),(2)<br>Póréhagyma   |       |      |       |       | Csipke tea<br>Lilahagymás sajtkrém (2)<br>Búzakenyér (1)<br>Lilahagyma |       |      |       |       | Gyümölcs tea<br>Házi sertéshús krém (6)<br>Kiskifli (1),(2)<br>Kápia paprika         |       |      |       |       | Tej (2)<br>Sárgabaracklekvár<br>/Kecskeméti/<br>Vénusz margarin<br>Német zsemle (1)               |       |      |       |          | Gyümölcs tea<br>Zöldfűszeres vajkrém<br>/Milli/ (2)<br>Búzakenyér (1)<br>Kígyóborka                  |       |      |       |       |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)  | 241,00  | 12,78 | 0,11 | 7,37  | 23,48 | 215,70   | 8,36  | 1,85 | 7,13  | 26,75 | 195,10   | 8,32  | 2,56 | 5,91  | 22,94 | 230,80  | 7,90  | 1,09 | 7,25  | 31,89    | 160,70   | 4,58  | 2,84 | 4,81  | 24,06 |
| Allergének/ só (g/100g), hozzáadott cukor (g) | (1), (2)  |       |      | 0,00  | 0,00  | (1), (2)   |       |      | 0,03  | 5,00  | (1), (2), (6)  |       |      | 1,02  | 5,00  | (1), (2)  |       | 0,02 | 0,00  | (1), (2) |  | 0,09  | 5,00 |       |       |

Egyesített bölcsődevezető

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!

2024. Július 22. – Július 26.

## PARADICSOMMENTES ÉTLAP

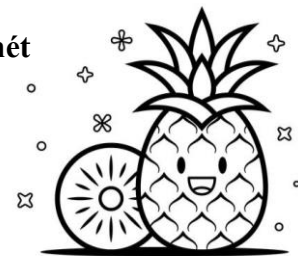
Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



30. hét



| ÉTKEZÉSEK                                    | HÉTFŐ   |       |      |       |       | KEDD  |       |      |       |       | SZERDA   |       |      |       |       | CSÜTÖRTÖK   |       |      |       |          | PÉNTEK  |       |      |       |       |
|--|---|-------|------|-------|-------|---|-------|------|-------|-------|--|-------|------|-------|-------|---|-------|------|-------|----------|---|-------|------|-------|-------|
| <b>REGGELI</b>                               | Hideg tej (2)<br>Borjómájás /Pick/ (2),(4)<br>Német zsemle (1)<br>Csemege uborka (6)            |       |      |       |       | Karamellás tej (2)<br>Baromfi párizsi krém /Pick/ (4)<br>Búzakenyér (1)<br>Lilahagyma |       |      |       |       | Tej (2)<br>Avokádókrém (3),(6)<br>Rozskenyér (1)<br>Kígyóuborka  |       |      |       |       | Hideg tej (2)<br>Olasz felvágott /Kométa/<br>Vénusz margarin<br>Teljes kiőrlésű kenyér (1)<br>Zöldpaprika |       |      |       |          | Macikávét (1),(2)<br>Burgundi sonka /Kedvenc Ízek/<br>Vénusz margarin<br>Kiskifli (1),(2)<br>Vajretek |       |      |       |       |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 253,00  | 11,11 | 2,74 | 9,71  | 27,89 | 275,80  | 11,18 | 2,29 | 11,24 | 31,80 | 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 |       |       |
| <b>TÍZÓRAI</b>                               | Őszibaracklé /Happy Day/  |       |      |       |       | Gyümölcsstea  |       |      |       |       | Grapefruitos limonádé  |       |      |       |       | Gyümölcsstea  |       |      |       |          | 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 |       |       |
| <b>EBÉD</b>                                  | Párolt pulykahús<br>Brokkolifőzelék (1),(2)<br>Alma   |       |      |       |       | Sertéspörkölt<br>Zellerfőzelék (1),(2),(5)<br>Görögdinnye                             |       |      |       |       | Mézes-mustáros csirkemell ragu (1),(2),(6)<br>Bulgur (1)<br>Alma |       |      |       |       | Párolt csirkecomb<br>Finomfőzelék (1),(2)<br>Görögdinnye  |       |      |       |          | Sertés aprópecsenye<br>Cukkini főzelék (1),(2)<br>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 |       |       |
| <b>UZSONNA</b>                               | Tej (2)<br>Főtt tojás karika (3)<br>Vénusz margarin<br>Teljes kiőrlésű kenyér (1)<br>Póréhagyma |       |      |       |       | Gyümölcsstea<br>Házi vaníliás túrókrém (2)<br>Kalács (1),(2),(3)                      |       |      |       |       | Tej (2)<br>Házi sonkakermes kifli (1),(2),(3),(10)               |       |      |       |       | Gyümölcsstea<br>Lilahagymás sajtkrém (2)<br>Búzakenyér (1)  |       |      |       |          | Tej (2)<br>Csokigolyó (1)   |       |      |       |       |
| 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, szulfítot, (13) csillagfűrtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

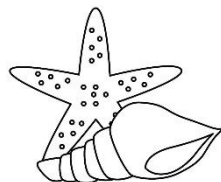
2024. Július 29. – Augusztus 02.

# PARADICSOMMENTES ÉTLAP

Az étlapp módosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



31. hét



| ÉTKEZÉSEK                                    | HÉTFŐ  |       |       |       |       | KEDD  |       |      |       |       | SZERDA  |      |      |       |       | CSÜTÖRTÖK   |       |      |       |       | PÉNTEK  |       |      |       |       |
|--|--|-------|-------|-------|-------|---|-------|------|-------|-------|---|------|------|-------|-------|---|-------|------|-------|-------|---|-------|------|-------|-------|
| <b>REGGELI</b>                               | Tejeskávé (1),(2)<br>Kemencés sonkakrém<br>/Kométa/<br>Teljes kiőrlésű kenyér (1)<br>Zöldpaprika |       |       |       |       | Tej (2)<br>Zala felvágott /Kométa/<br>Vénusz margarin<br>Búzakenyér (1)<br>Póréhagyma |       |      |       |       | Tej (2)<br>Sárgabaracklekvár<br>/Kecskeméti/<br>Vénusz margarin<br>Búzakenyér (1)                     |      |      |       |       | Gyümölcsstea<br>Házi pulykahúskrém (6)<br>Német zsemle (1)<br>Zöldpaprika         |       |      |       |       | Tej (2)<br>Főtt virsli /Sága Füstli/<br>Búzakenyér (1)<br>Mustár /Heinz/ (6)    |       |      |       |       |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 265,50   | 8,54  | 0,95  | 11,05 | 35,52 | 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 | 274,80  | 12,76 | 3,42 | 14,02 | 25,29 |
| 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), (6)   |       | 0,80 | 0,00  |       |
| <b>TÍZÓRAI</b>                               | Mentás limonádé  |       |       |       |       | Gyümölcsstea  |       |      |       |       | Narancslé /Happy Day 100%/  |      |      |       |       | Gyümölcsstea  |       |      |       |       | 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  |       |
| <b>EBÉD</b>                                  | Spenótos csirkehúsos tészta<br>/Gyermelyi Rövidcső/<br>(1),(2),(3)<br>Görögdinnye                |       |       |       |       | Sertéssült Burgonyafőzelék (1),(2)<br>Alma  |       |      |       |       | Párolt csirkemell<br>Céklafőzelék (1),(2)<br>Görögdinnye  |      |      |       |       | Raguleves (1),(2),(5)<br>Túrófelfújt, erdei gyümölcs öntet (1),(2),(3)<br>Alma    |       |      |       |       | Májfelfújt (1),(3)<br>Krémjoghurtos sárgarépa főzelék (1),(2)<br>Alma           |       |      |       |       |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 387,50   | 15,07 | 31,26 | 23,84 | 7,26  | 362,90  | 14,95 | 2,80 | 18,34 | 36,16 | 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), (2)  |       | 1,49 | 0,00  |       | (1), (2)  |      | 1,47 | 0,00  |       | (1), (2), (3), (5)  |       | 1,06 | 52,00 |       | (1), (2), (3)   |       | 0,61 | 0,00  |       |
| <b>UZSONNA</b>                               | Hideg tej (2)<br>Tojáskrém (3),(6)<br>Búzakenyér (1)<br>Vajretek                                 |       |       |       |       | Kakaó /Holland/ (2)<br>Teavaj /Mesés 82%/ (2)<br>Fonott kalács (1),(2),(3)            |       |      |       |       | Gyümölcsstea<br>Edami sajt szelet (2)<br>Vénusz margarin<br>Teljes kiőrlésű kenyér (1)<br>Kígyóuborka |      |      |       |       | Gyümölcsstea<br>Magyaros vajkrém (2)<br>Teljes kiőrlésű kenyér (1)<br>Kígyóuborka |       |      |       |       | Gyümölcsstea<br>Házi vaníliapuding (1),(2)<br>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) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

2024. Augusztus 05. – Augusztus 09.

# PARADICSOMMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



32. hét



| ÉTKEZÉSEK                                    | HÉTFŐ  | KEDD   | SZERDA   | CSÜTÖRTÖK  | PÉNTEK   |
|--|--|--|--|--|--|
| <b>REGGELI</b>                               | Karamellás tej (2)<br>Teavaj /Mesés 82%/ (2)<br>Kalács (1),(2),(3) | Tej (2)<br>Téliszalámi /Pick/<br>Vénusz margarin<br>Teljes kiőrlésű kenyér (1)<br>Póréhagyma | Tejeskávé (1),(2)<br>Sonka szelet /Kométa/<br>Vénusz margarin<br>Német zsemle (1)<br>Retek | Tej (2)<br>Házi sertéshúskrém (6)<br>Teljes kiőrlésű kenyér (1)<br>Kápia paprika | Tej (2)<br>Zalakrém /Kométa/<br>Búzakenyér (1)<br>Vajretek               |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 318,30 16,40 2,78 8,30 33,26                                       | 325,20 17,68 4,75 12,91 28,22  | 258,30 8,37 1,27 10,11 34,74   | 282,80 13,02 2,46 11,22 29,45  | 238,60 10,03 1,90 10,95 25,38  |
| Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)  | (1), (2), (3) 0,00 5,00  | (1), (2) 0,86 0,00   | (1), (2) 0,29 5,00   | (1), (2), (6) 1,02 0,00  | (1), (2) 0,26 0,00   |
| <b>TÍZÓRAI</b>                               | Limonádé   | Gyümölcsstea   | Almalé /Happy Day 100%/  | Grapefruitos limonádé  | Gyümölcsstea   |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 23,00 0,00 0,00 0,00 5,40  | 22,90 0,00 0,00 0,04 5,21  | 42,20 0,09 0,00 0,12 10,83   | 28,30 0,00 0,00 0,04 6,37  | 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>                                  | Csirkemell apróhús<br>Édeskáposztafőzelék (1),(2)<br>Görögdinnye   | Vagdalt szelet (1),(3)<br>Zelleres burgonyapüré (2),(5)<br>Alma                              | Főtt pulykamell<br>Vadas mártás (1),(2),(5),(6)<br>Rövidcső tészta (1),(3)<br>Görögdinnye  | Sertéspecsenye<br>Kínaikelet főzelék (1)<br>Alma                                 | Rakott zöldbab (1),(2)<br>Nektarin                                       |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 223,50 10,96 1,40 5,16 24,50                                       | 369,00 19,71 0,03 14,47 32,10  | 432,90 14,92 28,32 22,22 24,42   | 292,90 14,20 0,00 14,67 23,98  | 410,80 16,19 3,57 21,71 44,50  |
| Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)  | (1), (2) 1,48 0,00   | (1), (2), (3), (5) 1,12 0,00   | (1), (2), (3), (5), (6) 3,01 3,00  | (1) 0,98 0,00  | (1), (2) 1,20 0,00   |
| <b>UZSONNA</b>                               | Tej (2)<br>Tojáskrém (3),(6)<br>Német zsemle (1)<br>Vajretek       | Gyümölcsstea<br>Philadelphia sajtkrém (2)<br>Kiskifli (1),(2)<br>Kígyóuborka                 | Tej (2)<br>Snidlinges túrókrém (2)<br>Búzakenyér (1)<br>Zöldpaprika                        | Gyümölcsstea<br>Magyaros vajkrém /Milli/ (2)<br>Német zsemle (1)<br>Kígyóuborka  | Házi barackos gyümölcsjoghurt (2)<br>Vénusz margarin<br>Kiskifli (1),(2) |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 260,60 12,39 2,04 9,35 27,43                                       | 136,80 3,71 0,11 3,32 21,77  | 213,60 6,17 0,32 11,86 26,68   | 164,50 4,46 0,14 3,34 26,45  | 178,10 6,55 2,86 5,61 23,74  |
| Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)  | (1), (2), (3), (6) 0,05 0,00                                       | (1), (2) 0,00 5,00   | (1), (2) 0,11 0,00   | (1), (2) 0,00 5,00   | (1), (2) 0,12 1,00   |

Egyesített bölcsődevezető

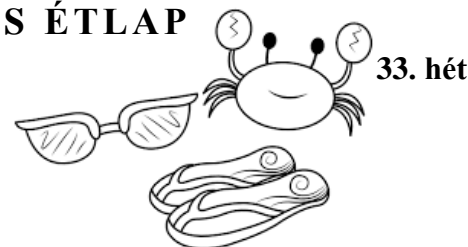
Bölcsődevezető

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) csillagfűt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

2024. Augusztus 12. – Augusztus 16.

PARADICSOMMENTES ÉTLAP



33. 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   |       |      |       |       |
|--|--|------|------|-------|-------|---|-------|------|-------|-------|---|-------|------|-------|-------|---|-------|------|-------|---------------|--|-------|------|-------|-------|
| <b>REGGELI</b>                               | Tej (2)<br>Sonkás vajkrém<br>/Milli/ (2)<br>Búzakenyér (1)<br>Vajretek |      |      |       |       | Tejeskávé (2)<br>Borjú párizsi /Pick/ (4)<br>Vénusz margarin<br>Francia baguette (1)<br>Zöldpaprika |       |      |       |       | Gyümölcsstea<br>Padlizsánkrém (3),(6)<br>Búzakenyér (1)                           |       |      |       |       | Hideg tej (2)<br>Prágai sonka /Kométa/<br>Vénusz margarin<br>Teljes kiőrlésű kenyér (1)<br>Kígyóborka |       |      |       |               | Gyümölcsstea<br>Kockasajt /Medve/ (2)<br>Kiskifli (1),(2)<br>Kápia paprika |       |      |       |       |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 210,10   | 7,03 | 1,94 | 10,20 | 25,75 | 290,90  | 10,98 | 2,35 | 10,27 | 36,93 | 209,60  | 9,38  | 2,15 | 4,90  | 25,40 | 239,60  | 9,31  | 1,37 | 10,67 | 27,86         | 155,90   | 4,58  | 2,71 | 4,99  | 22,78 |
| Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)  | (1), (2)   |      |      | 0,18  | 0,00  | (1), (2), (4)   |       |      | 0,35  | 5,00  | (1), (3), (6)   |       |      | 0,08  | 5,00  | (1), (2)  |       | 0,38 | 0,00  | (1), (2)      |  | 0,40  | 5,00 |       |       |
| <b>TÍZÓRAI</b>                               | Gyümölcsstea   |      |      |       |       | Ananászlé /Happy Day 100%/  |       |      |       |       | Limonádé  |       |      |       |       | Citromos tea  |       |      |       |               | Mentás limonádé  |       |      |       |       |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 22,90  | 0,00 | 0,00 | 0,04  | 5,21  | 42,20   | 0,09  | 0,00 | 0,12  | 10,83 | 23,00   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 5,40  | 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  | 5,00  | -   |       |      | 0,00  | 0,00  | -   |       |      | 0,00  | 5,00  | -   |       | 0,00 | 5,00  | -             |  | 0,00  | 5,00 |       |       |
| <b>EBÉD</b>                                  | Húsgombóc (1),(3)<br>Karalábefőzelék (1),(2)<br>Alma                   |      |      |       |       | Pulyka apróhús<br>Sárgarépa főzelék (1),(2)<br>Nektarin   |       |      |       |       | Csirkepaprikás (1),(2)<br>Szarvacska tészta (1),(3)<br>Csemege uborka (6)<br>Alma |       |      |       |       | Sertéssült<br>Burgonyafőzelék (1),(2)<br>Banán  |       |      |       |               | Tojásfelfűjt (1),(3)<br>Karfiolfőzelék (1),(2)<br>Görögdinnye              |       |      |       |       |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 351,00   | 5,64 | 1,89 | 22,50 | 50,27 | 282,10  | 11,18 | 0,00 | 14,96 | 30,26 | 304,10  | 10,62 | 2,80 | 17,52 | 32,76 | 395,40  | 14,95 | 2,80 | 18,02 | 43,78         | 293,40   | 14,49 | 2,83 | 14,57 | 26,75 |
| Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)  | (1), (2), (3)  |      |      | 1,49  | 0,00  | (1), (2)  |       |      | 0,98  | 0,00  | (1), (2), (3), (6)  |       |      | 2,05  | 0,00  | (1), (2)  |       | 1,49 | 0,00  | (1), (2), (3) |  |       | 1,01 | 0,00  |       |
| <b>UZSONNA</b>                               | Tej (2)<br>Házi vaníliás túrókrém (2)<br>Kiskifli (1),(2)              |      |      |       |       | Csipketea<br>Tejszínes krémsajt /Tolle/ (2)<br>Búzakenyér (1)<br>Póréhagyma                         |       |      |       |       | Hideg tej (2)<br>Teavaj (2)<br>Német zsemle (1)<br>Zöldpaprika                    |       |      |       |       | Csipketea<br>Tejbedara (1),(2)<br>Kakaó szórát /Holland/  |       |      |       |               | Hideg tej (2)<br>Corn flakes /Nestlé/                                      |       |      |       |       |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 217,80   | 6,46 | 0,84 | 10,57 | 28,46 | 151,80  | 2,85  | 1,94 | 5,85  | 24,56 | 262,00  | 12,95 | 0,14 | 7,83  | 27,74 | 227,70  | 2,83  | 0,00 | 5,39  | 43,26         | 160,20   | 4,48  | 0,00 | 6,04  | 23,57 |
| Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)  | (1), (2)   |      |      | 0,00  | 3,00  | (1), (2)  |       |      | 0,18  | 5,00  | (1), (2)  |       |      | 0,00  | 0,00  | (1), (2)  |       | 0,00 | 15,00 | (2)           |  |       | 0,00 | 0,00  |       |

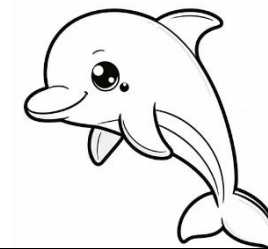
Egyesített bölcsődevezető

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) csillagfűrtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!





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  |
|--|-------|--|--|---|---|
| <b>REGGELI</b>                               |       |  | Tej (2)<br>Párizsi krém /Pick/ (4)<br>Búzakenyér (1)<br>Kígyóuborka                        | Hideg tej (2)<br>Tonhalkrém<br>/Rio Mare/ (5),(6),(8)<br>Teljes kiőrlésű kenyér (1)<br>Póréhagyma | Macikávé (1),(2)<br>Trappista sajt szelet (2)<br>Vénusz margarin<br>Kiskifli (1),(2)<br>Zöldpaprika |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) |       |  | 245,10   10,93   2,38   10,67   25,39  | 233,60   8,38   0,95   10,44   28,59  | 274,30   11,69   1,06   10,77   30,92   |
| Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)  |       |  | (1), (2), (4)   0,36   0,00  | (1), (2), (5), (6), (8)   0,04   0,00   | (1), (2)   0,17   5,00  |
| <b>TÍZÓRAI</b>                               |       |  | Grapefruitos limonádé  | Gyümölcs tea  | Limonádé  |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) |       |  | 28,30   0,00   0,00   0,04   6,37  | 22,90   0,00   0,00   0,04   5,21   | 23,00   0,00   0,00   0,00   5,40   |
| Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)  |       |  | -   0,00   5,00  | -   0,00   5,00   | -   0,00   5,00   |
| <b>EBÉD</b>                                  |       | Frankfurti leves (1),(2),(5)<br>/Sága füstli virsli/<br>Barackos piskóta (1),(2),(3) | Csirkemáj rizottó (2)<br>/Tipegő: Reszelt máj,<br>Zöldborsófőzelék (1),(2)/<br>Görögdinnye | Párolt csirke<br>Brokkoli főzelék (1),(2)<br>Nektarin   |   |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) |       | 386,70   19,98   5,38   11,38   39,97  | 321,30   12,30   1,50   21,80   27,88  | 283,70   8,75   3,63   22,60   27,48  |   |
| Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)  |       | (1), (2), (3), (5)   1,82   17,00  | (2)   1,28   0,00  | (1), (2)   2,07   0,00  |   |
| <b>UZSONNA</b>                               |       | Gyümölcs tea<br>Házi sertéshús krém (6)<br>Kiskifli (1),(2)<br>Kápia paprika         | Tej (2)<br>Sárgabaracklekvár<br>/Kecskeméti/<br>Vénusz margarin<br>Német zsemle (1)        | Gyümölcs tea<br>Zöldfűszeres vajkrém<br>/Milli/ (2)<br>Búzakenyér (1)<br>Kígyóuborka              |   |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) |       | 195,10   8,32   2,56   5,91   22,94  | 230,80   7,90   1,09   7,25   31,89  | 160,70   4,58   2,84   4,81   24,06   |   |
| Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)  |       | (1), (2), (6)   1,02   5,00  | (1), (2)   0,02   0,00   | (1), (2)   0,09   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, szulfidot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!



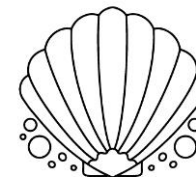
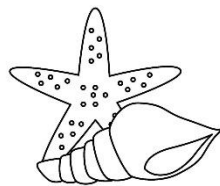
2024. Augusztus 26. –Augusztus 30.

## PARADICSOMMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



35. hét



| ÉTKEZÉSEK                                    | HÉTFŐ   |      |      |       |       | KEDD   |       |      |       |       | SZERDA   |       |      |       |       | CSÜTÖRTÖK   |       |      |       |       | PÉNTEK  |       |      |       |       |
|--|---|------|------|-------|-------|--|-------|------|-------|-------|--|-------|------|-------|-------|---|-------|------|-------|-------|---|-------|------|-------|-------|
| <b>REGGELI</b>                               | Tej (2)<br>Sárgabaracklekvár<br>/Kecskeméti/<br>Vénusz margarin<br>Búzakenyér (1)       |      |      |       |       | Tej (2)<br>Zala felvágott /Kométa/<br>Vénusz margarin<br>Német zsemle (1)<br>Hónapos retek |       |      |       |       | Gyümölcs tea<br>Sertés párizsi /Pick/ (4)<br>Vénusz margarin<br>Burgonyás kenyér (1)<br>Újhagyma |       |      |       |       | Tej (2)<br>Magyaros vajkrém /Milli/ (2)<br>Teljes kiőrlésű kenyér (1)<br>Sörretek |       |      |       |       | Tej (2)<br>Főtt tojáskarika (3)<br>Vénusz margarin<br>Búzakenyér (1)<br>Kígyóuborka |       |      |       |       |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 238,00  | 7,78 | 1,09 | 8,91  | 32,17 | 242,10   | 10,16 | 1,90 | 9,35  | 27,71 | 184,20   | 6,16  | 2,14 | 6,55  | 24,47 | 230,40  | 9,01  | 0,00 | 8,22  | 28,34 | 242,80  | 10,18 | 1,09 | 12,24 | 25,43 |
| Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)  | (1), (2)  |      | 0,00 |       | 0,02  | (1), (2)   |       | 0,26 |       | 0,00  | (1), (4)   |       | 0,02 |       | 5,00  | (1), (2)  |       | 0,00 |       | 0,00  | (1), (2), (3)   |       | 0,02 |       | 0,00  |
| <b>TÍZÓRAI</b>                               | Körtelék /Happy Day/  |      |      |       |       | Citromos tea   |       |      |       |       | Mentás limonádé  |       |      |       |       | Gyümölcs tea  |       |      |       |       | Limonádé  |       |      |       |       |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 58,50   | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 13,50 | 22,90  | 0,00  | 0,00 | 0,04  | 5,21  | 21,70  | 0,00  | 0,00 | 0,02  | 5,10  | 22,90   | 0,00  | 0,00 | 0,04  | 5,21  | 23,00   | 0,00  | 0,00 | 0,00  | 5,40  |
| 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  |
| <b>EBÉD</b>                                  | Májfelfúj (1),(3)<br>Karfiolfőzelék (1),(2)<br>Alma                                     |      |      |       |       | Húsgombóc /Bulgur,<br>Pulykamell/ (1),(3)<br>Főtt burgonya<br>Körte                        |       |      |       |       | Rizses hús<br>Céklasaláta<br>Alma  |       |      |       |       | Halrudacsok /Iglo/ (1),(8)<br>Fehérrépa főzelék (1),(2)<br>Banán                  |       |      |       |       | Csirkemell csíkok<br>Édeskáposzta főzelék (1),(2)<br>Nektarin                       |       |      |       |       |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 246,60  | 8,18 | 2,83 | 15,76 | 25,93 | 259,70   | 4,20  | 0,00 | 12,76 | 40,63 | 357,60   | 9,17  | 0,02 | 15,44 | 49,56 | 378,70  | 12,40 | 0,54 | 12,56 | 51,41 | 337,20  | 13,67 | 1,40 | 18,54 | 34,34 |
| Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)  | (1), (2), (3)   |      | 1,00 |       | 0,00  | (1), (3)   |       | 1,97 |       | 1,00  | -  |       | 1,14 |       | 0,00  | (1), (2), (8)   |       | 1,70 |       | 0,00  | (1), (2)  |       | 1,09 |       | 0,00  |
| <b>UZSONNA</b>                               | Citromos tea<br>Házi pulykahús pástétom (6)<br>Teljes kiőrlésű kenyér (1)<br>Lilahagyma |      |      |       |       | Csipketea<br>Petrezselymes túrókrém (2)<br>Búzakenyér (1)<br>Sörretek                      |       |      |       |       | Vaníliás tej (2)<br>Teavaj /Mesés 82%-os/ (2)<br>Kalács (1),(2),(3)                              |       |      |       |       | Házi őszibarackos<br>smoothie (2)<br>Vénusz margarin<br>Kiskifli (1),(2)          |       |      |       |       | Gyümölcs tea<br>Borjómájás /Pick/ (2),(4)<br>Német zsemle (1)<br>Zöldpaprika        |       |      |       |       |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 192,50  | 5,54 | 0,95 | 6,61  | 27,87 | 202,10   | 6,35  | 2,94 | 8,93  | 24,72 | 318,30   | 16,40 | 2,78 | 8,30  | 33,26 | 219,80  | 6,36  | 1,06 | 5,50  | 35,36 | 193,50  | 6,93  | 2,74 | 5,32  | 26,32 |
| Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)  | (1), (6)  |      | 0,14 |       | 5,00  | (1), (2)   |       | 0,02 |       | 5,00  | (1), (2), (3)  |       | 0,00 |       | 5,00  | (1), (2)  |       | 0,03 |       | 7,70  | (1), (2), (4)   |       | 0,36 |       | 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, szulfidot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!