

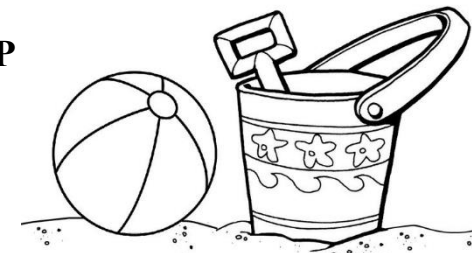
2024. Július 01. – Július 05.

TEJFEHÉRJE, TOJÁS ÉS GLUTÉNMENTES 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				
REGGELI	Karamellás rizstej Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/					Rizsital /Alpro/ Téliszalámi /Pick/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Póréhagyma					Kakaós rizsital /Holland/ Sonka szelet /Kométa/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Paradicsom					Rizsital /Alpro/ Házi sertéshúskrém (6) GM Zsemle /Amurex/ Kápia paprika					Rizsital /Alpro/ Zalakrém /Kométa/ GM Zsemle /Amurex/ Vajretek				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	237,00	4,58	0,95	0,27	47,45	357,80	14,54	4,75	5,65	50,03	268,00	5,59	1,13	3,08	49,33	315,40	9,88	2,46	3,96	51,26	279,20	7,36	1,76	2,49	49,51
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,69	5,00	-		1,53	0,00	-		0,96	0,00	-		1,70	0,00	-		0,94	0,00					
TÍZÓRAI	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					
EBÉD	Csirkemell apróhús Paradicsomos káposztafőzelék /Keményítő/ Görögdinnye					Vagdalt szelet /Tojásmentes, GM morzsa/ Zelleres burgonyapüré /Alpro Rizsital/ (5) Alma					Főtt pulykamell Vadas mártás (5),(6) /Alpro Rizsital/ Főtt tészta /Cornito/ Görögdinnye					Sertéspecsenye Kínaikél főzelék /Burgonyával sűrítve/ Alma					Rakott zöldbab /Alpro Rizsital/ Nektarin				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	152,30	3,38	0,00	2,72	26,67	346,00	15,88	1,90	11,89	36,98	408,30	11,14	0,00	15,74	59,06	272,70	14,07	0,00	13,44	20,55	296,80	6,00	0,00	16,09	44,64
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		1,47	5,00	(5)		2,00	0,00	(5), (6)		3,00	3,00	-		0,98	0,00	-		0,98	0,00					
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Snidlinges margarin GM Zsemle /Amurex/ Vajretek					Gyümölcsstea Zalakrém /Kométa/ GM Zsemle /Amurex/ Kígyóuborka					Rizsital /Alpro/ Snidlinges margarin /Vénusz/ GM Zsemle /Amurex/ Zöldpaprika					Gyümölcsstea Párizsikrém /Pick/ (4) GM Zsemle /Amurex/ Kígyóuborka					Házi barackos rizstejturmix Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	277,20	8,12	1,90	0,54	49,29	176,20	5,27	1,76	2,19	28,27	279,00	8,16	1,90	0,60	49,70	182,50	6,17	2,24	1,89	28,12	205,30	4,06	0,95	0,32	41,17
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,71	0,00	-		0,94	5,00	-		0,71	0,00	(4)		1,02	5,00	-		0,70	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. Július 08. – Július 12.

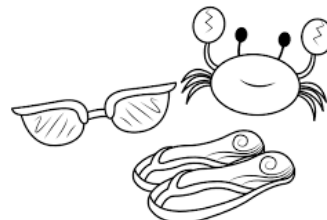
TEJFEHÉRJE, TOJÁS ÉS GLUTÉNMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

28. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Rizsital /Alpro/ Sonkakrém /Kométa/ GM Zsemle /Amurex/ Koktélpapadicsom					Kakaós rizsital /Holland/ Borjú párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Zöldpaprika					Gyümölcs tea Padlizsánkrém (6) /Tojásmentes/ GM Zsemle /Amurex/					Hideg rizsital /Alpro/ Prágai sonka /Kométa/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Kígyóborka					Gyümölcs tea Kenőmájas /Nádudvari/(4) GM Zsemle /Amurex/ Kápia paprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	295,30	8,56	1,90	3,41	50,03	287,20	8,31	2,24	2,25	49,78	160,60	3,56	0,95	0,54	29,76	272,10	6,17	1,37	3,41	49,67	149,70	2,34	0,00	1,52	28,88
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		1,04	0,00		(4)		1,02	0,00		-		0,69	5,00		-		1,05	0,00		(4)		0,86	5,00	
TÍZÓRAI	Gyümölcs tea					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	
EBÉD	Húsgombóc /Tojásmentes/ Karábéfőzelék /Saját anyaggal sűrítve/ Alma					Pulyka apróhús Sárgarépa főzelék /Saját anyaggal sűrítve/ Nektarin					Csirkepaprikás rizstejjel, keményítővel GM tészta /Cornito/ Csemege uborka (6) Alma					Sertéssült Paradicsomos burgonyafőzelék /Keményítő/ Banán					Főtt virsli /Sága/ Karfiolfőzelék /Alpro Rizsital/ Görögdinnye				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	191,30	1,90	0,00	12,77	29,50	305,30	10,57	0,00	13,77	38,30	217,30	4,64	0,00	2,51	39,42	415,60	14,99	0,00	15,96	50,01	165,30	8,52	3,28	5,87	16,21
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		1,47	0,00		-		1,47	0,00		(6)		1,47	0,00		-		1,97	5,00		-		1,29	0,00	
UZSONNA	Vaníliás rizsital /Alpro/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/					Csipketea Sonkakrém /Kométa/ GM Zsemle /Amurex/ Póréhagyma					Hideg rizsital /Alpro/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Paradicsom					Csipketea Rizstejberizs Kakaó szórát /Holland/					Hideg rizsital /Alpro/ Corn flakes /Nestlé/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	268,50	5,10	0,95	0,36	54,10	192,60	6,46	1,90	3,18	28,67	252,60	5,14	0,95	0,38	49,18	345,90	2,25	0,00	4,40	75,56	202,20	2,38	0,00	1,90	43,12
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,69	5,00		-		1,04	5,00		-		0,69	0,00		-		0,10	10,00		-		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) diófélét, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfidot, (13) csillagfűrtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

2024. Július 15. – Július 19.

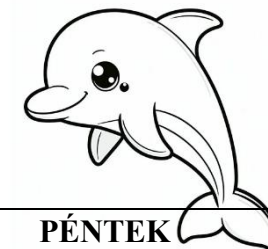
TEJFEHÉRJE, TOJÁS ÉS GLUTÉNMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

29. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Hideg rizsital /Alpro/ Olasz felvágott /Kométa/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Zöldpaprika					Hideg rizsital /Alpro/ Kapos margarin GM Zsemle /Amurex/ Paradicsom					Rizsital /Alpro/ Párizsi krém /Pick/ (4) GM Zsemle /Amurex/ Kígyóuborka					Hideg rizsital /Alpro/ Tonhalkrém /Rio Mare/ (5),(6),(8) GM Zsemle /Amurex/ Póréhgyma					Kakaós rizsital /Holland/ Sonka szelet /Kométa/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Koktélpáradicsom				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	311,60	10,20	0,95	3,64	49,76	252,60	5,14	0,95	0,38	49,18	285,60	8,27	2,24	2,21	49,52	266,10	5,24	0,95	3,18	50,40	264,10	5,25	1,00	2,50	50,56
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-				1,09	0,00	-			0,79	0,00	(4)			1,02	0,00	(4), (6), (8)			0,71	0,00	-		0,98	0,00
TÍZÓRAI	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/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	Sült csirkecomb Kapos tökfőzelék /Alpro Rizsital/ Görögdinnye					Sertés apróhús, Mexikói főzelék /Saját anyaggal sűrítve/ Alma					Frankfurti leves (5) /Sága füstli virsli/ Barackos rizstejberizs					Csirkemáj rizottó Görögdinnye					Párolt csirke Brokkoli főzelék /Burgonyával sűrítve/ Nektarin				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	223,80	6,15	0,00	14,20	26,77	307,00	9,84	0,00	12,43	37,25	482,80	12,53	3,28	9,45	82,10	307,90	7,82	0,00	19,02	36,21	237,60	3,88	0,13	19,66	29,80
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-				1,97	0,00	-			0,98	0,00	(5)			1,89	15,00	-			0,98	0,00	-		2,00	0,00
UZSONNA	Hideg rizsital /Alpro/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Koktélpáradicsom					Csipketea Lilahagymás margarin GM Zsemle /Amurex/ Lilahagyma					Gyümölcs tea Házi sertéshús krém (6) GM Zsemle /Amurex/ Kápia paprika					Rizsital /Alpro/ Sárgabaracklekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/					Gyümölcs tea Zöldfűszeres margarin GM Zsemle /Amurex/ Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	252,60	5,14	0,95	0,56	49,90	186,40	6,04	1,90	0,47	30,73	212,30	7,78	2,46	3,63	29,87	268,40	5,11	0,95	0,42	53,90	147,30	3,02	0,95	0,24	28,05
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-				0,69	0,00	-			0,71	5,00	(6)			1,70	5,00	-			0,69	0,00	-		0,69	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. Július 22. – Július 26.

TEJFEHÉRJE, TOJÁS ÉS GLUTÉNMENTES ÉTLAP

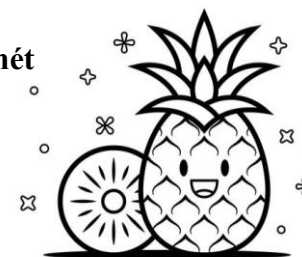
Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



30. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Hideg rizsital /Alpro/ Borjúmájás /Nádudvari/(4) GM Zsemle /Amurex/ Csemege uborka (6)					Karamellás rizsital Baromfi párizsi krém /Pick/ (4) GM Zsemle /Amurex/ Paradicsom					Rizsital /Alpro/ Avokádókrém (6) /Tojásmentes/ GM Zsemle /Amurex/ Kígyóuborka					Hideg rizsital /Alpro/ Olasz felvágott /Kométa/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Zöldpaprika					Kakaós rizsital /Holland/ Burgundi sonka /Kedvenc Ízek/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Vajretek				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	218,30	3,90	0,00	1,59	43,06	282,20	8,02	2,15	2,49	47,85	318,30	13,47	2,21	1,79	44,37	274,90	9,24	0,95	2,91	43,45	264,00	5,25	1,01	2,87	50,08
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(4), (6)				0,86	0,00	(4)			1,09	5,00	(6)			0,70	0,00	-	1,02	0,00	-	1,04	0,00			
TÍZÓRAI	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			
EBÉD	Párolt pulykahús Brokkolifőzelék /Burgonyával sűrítve/ Alma					Sertéspörkölt Zellerfőzelék (5) /Saját anyaggal sűrítve/ Görögdinnye					Mézes-mustáros csirkemell ragu rizsitalal (6) Párolt rizs Alma					Párolt csirkecomb Finomfőzelék /Saját anyaggal sűrítve/ Görögdinnye					Sertés aprópecsenye Cukkini főzelék /Alpro Rizsital/ Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	255,60	10,60	0,13	14,05	22,37	295,90	9,56	0,00	13,31	37,40	412,00	8,46	0,00	20,17	60,76	169,00	2,76	0,00	4,23	31,12	242,70	9,82	0,00	13,41	33,66
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-				1,51	0,00	(5)			1,47	0,00	(6)			2,21	7,00	-	1,47	0,00	-	1,47	0,00			
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Sonka szelet /Efef/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Póréhagyma					Gyümölcsstea Csurgatott méz Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/					Rizsital /Alpro/ Sonkakrém /Kométa/ GM Zsemle /Amurex/					Gyümölcsstea Lilahagymás margarin /Vénusz/ GM Zsemle /Amurex/					Rizsital /Alpro/ Baracklevár /Kecskeméti/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	233,00	4,73	1,00	2,50	43,94	161,40	3,00	0,95	0,04	31,76	240,00	5,64	0,95	3,66	42,51	179,20	6,02	1,90	0,25	29,22	247,10	4,59	0,95	0,36	49,65
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-				0,98	0,00	-			0,69	8,50	-			0,84	0,00	-	0,71	5,00	-	0,69	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!

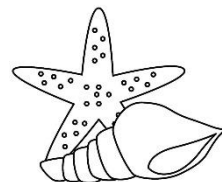
2024. Július 29. – Augusztus 02.

TEJFEHÉRJE, TOJÁS ÉS GLUTÉNMENTES 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				
REGGELI	Kakaós rizsital /Holland/ Kemencés sonkakrém /Kométa/ GM Zsemle /Amurex/ Paradicsom					Rizsital /Alpro/ Zala felvágott /Kométa/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Póréhagyma					Rizsital /Alpro/ Sárgabaracklekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/					Gyümölcs tea Házi pulykahúskrém (6) GM Zsemle /Amurex/ Zöldpaprika					Rizsital /Alpro/ Főtt virsli /Sága Füstli/ GM Zsemle /Amurex/ Ketchup /Heinz/ (5)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	268,50	5,37	0,95	3,53	49,48	250,40	6,86	1,76	2,51	43,51	236,90	4,59	0,95	0,33	47,25	179,80	4,54	0,95	3,51	29,22	294,10	9,58	3,21	5,59	45,09
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,69	0,00		-		0,94	0,00		-		0,69	0,00		(6)		0,81	5,00		(5)		1,66	0,00	
TÍZÓRAI	Mentás limonádé					Gyümölcs tea					Narancslé /Happy Day 100%/					Gyümölcs tea					Limonádé				
Energia cKcal./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 rizstejjel sűrítve /GM Cornito tészta/ Görögdinnye					Sertéssült Paradicsomos burgonyafőzelék Alma					Párolt csirkemell Céklafőzelék /Burgonyával sűrítve/ Görögdinnye					Raguleves (5) /Alpro Rizsital/ Rizstejberizs, erdei gyümölcs öntet /GM pudingpor/ Alma					Májfelfújt /Tojásmentes/ Sárgarépa főzelék /Saját anyaggal sűrítve/ Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	283,80	6,47	0,00	13,47	40,42	383,10	14,99	0,00	16,28	42,39	212,10	3,34	0,00	17,37	27,29	528,90	11,39	0,00	14,73	88,74	212,90	2,51	0,00	10,59	35,66
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,98	0,00		-		1,97	5,00		-		1,47	0,00		(5)		1,08	5,00		-		1,47	0,00	
UZSONNA	Hideg rizsital /Alpro/ Snidlinges margarin GM Zsemle /Amurex/ Vajretek					Kakaós rizsital /Holland/ Csurgatott méz Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/					Gyümölcs tea Sonka szelet /Efef/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Kígyóuborka					Gyümölcs tea Kapros margarin /Vénusz/ GM Zsemle /Amurex/ Kígyóuborka					Gyümölcs tea Házi vaníliapuding rizsital Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	245,70	7,59	1,90	0,45	42,63	264,50	5,10	0,95	0,36	53,15	158,80	3,13	1,00	2,17	28,71	147,30	3,02	0,95	0,24	28,05	317,20	5,10	0,95	0,43	65,68
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,71	0,00		-		0,69	3,50		-		0,98	5,00		-		0,79	5,00		-		0,73	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!

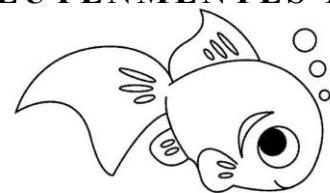
2024. Augusztus 05. – Augusztus 09.

TEJFEHÉRJE, TOJÁS ÉS GLUTÉNMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



32. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	Karamellás rizstej Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/	Rizsital /Alpro/ Téliszalámi /Pick/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Póréhagyma	Kakaós rizsital /Holland/ Sonka szelet /Kométa/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Paradicsom	Rizsital /Alpro/ Házi sertéshúskrém (6) GM Zsemle /Amurex/ Kápia paprika	Rizsital /Alpro/ Zalakrém /Kométa/ GM Zsemle /Amurex/ Vajretek
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	237,00 4,58 0,95 0,27 47,45	357,80 14,54 4,75 5,65 50,03	268,00 5,59 1,13 3,08 49,33	315,40 9,88 2,46 3,96 51,26	279,20 7,36 1,76 2,49 49,51
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	- 0,69 5,00	- 1,53 0,00	- 0,96 0,00	- 1,70 0,00	- 0,94 0,00
TÍZÓRAI	Limonádé	Gyümölcsstea	Almalé /Happy Day 100%/	Grapefruitos limonádé	Gyümölcsstea
Energia cKcal./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
EBÉD	Csirkemell apróhús Paradicsomos káposztafőzelék /Keményítő/ Görögdinnye	Vagdalt szelet /Tojásmentes, GM morzsa/ Zelleres burgonyapüré /Alpro Rizsital/ (5) Alma	Főtt pulykamell Vadas mártás (5),(6) /Alpro Rizsital/ Főtt tészta /Cornito/ Görögdinnye	Sertéspecsenye Kínaikei főzelék /Burgonyával sűrítve/ Alma	Rakott zöldbab /Alpro Rizsital/ Nektarin
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	152,30 3,38 0,00 2,72 26,67	346,00 15,88 1,90 11,89 36,98	408,30 11,14 0,00 15,74 59,06	272,70 14,07 0,00 13,44 20,55	296,80 6,00 0,00 16,09 44,64
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	- 1,47 5,00	(5) 2,00 0,00	(5), (6) 3,00 3,00	- 0,98 0,00	- 0,98 0,00
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Snidlinges margarin GM Zsemle /Amurex/ Vajretek	Gyümölcsstea Zalakrém /Kométa/ GM Zsemle /Amurex/ Kígyóuborka	Rizsital /Alpro/ Snidlinges margarin /Vénusz/ GM Zsemle /Amurex/ Zöldpaprika	Gyümölcsstea Párizsikrém /Pick/ (4) GM Zsemle /Amurex/ Kígyóuborka	Házi barackos rizstejturmix Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	277,20 8,12 1,90 0,54 49,29	176,20 5,27 1,76 2,19 28,27	279,00 8,16 1,90 0,60 49,70	182,50 6,17 2,24 1,89 28,12	205,30 4,06 0,95 0,32 41,17
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	- 0,71 0,00	- 0,94 5,00	- 0,71 0,00	(4) 1,02 5,00	- 0,70 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.

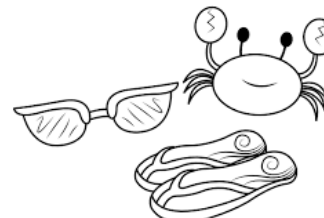
TEJFEHÉRJE, TOJÁS ÉS GLUTÉNMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

33. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Rizsital /Alpro/ Sonkakrém /Kométa/ GM Zsemle /Amurex/ Koktélpáradicsom					Kakaós rizsital /Holland/ Borjú párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Zöldpaprika					Gyümölcs tea Padlizsánkrém (6) /Tojásmentes/ GM Zsemle /Amurex/					Hideg rizsital /Alpro/ Prágai sonka /Kométa/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Kígyóborka					Gyümölcs tea Kenőmájas /Nádudvari/(4) GM Zsemle /Amurex/ Kápia paprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	295,30	8,56	1,90	3,41	50,03	287,20	8,31	2,24	2,25	49,78	160,60	3,56	0,95	0,54	29,76	272,10	6,17	1,37	3,41	49,67	149,70	2,34	0,00	1,52	28,88
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		1,04	0,00		(4)		1,02	0,00		-		0,69	5,00		-		1,05	0,00		(4)		0,86	5,00	
TÍZÓRAI	Gyümölcs tea					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	
EBÉD	Húsgombóc /Tojásmentes/ Karalábefőzelék /Saját anyaggal sűrítve/ Alma					Pulyka apróhús Sárgarépa főzelék /Saját anyaggal sűrítve/ Nektarin					Csirkepaprikás rizstejjel, keményítővel GM tészta /Cornito/ Csemege uborka (6) Alma					Sertéssült Paradicsomos burgonyafőzelék /Keményítő/ Banán					Főtt virsli /Sága/ Karfiolfőzelék /Alpro Rizsital/ Görögdinnye				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	191,30	1,90	0,00	12,77	29,50	305,30	10,57	0,00	13,77	38,30	217,30	4,64	0,00	2,51	39,42	415,60	14,99	0,00	15,96	50,01	165,30	8,52	3,28	5,87	16,21
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		1,47	0,00		-		1,47	0,00		(6)		1,47	0,00		-		1,97	5,00		-		1,29	0,00	
UZSONNA	Vaníliás rizsital /Alpro/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/					Csipketea Sonkakrém /Kométa/ GM Zsemle /Amurex/ Póréhagyma					Hideg rizsital /Alpro/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Paradicsom					Csipketea Rizstejberizs Kakaó szórát /Holland/					Hideg rizsital /Alpro/ Corn flakes /Nestlé/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	268,50	5,10	0,95	0,36	54,10	192,60	6,46	1,90	3,18	28,67	252,60	5,14	0,95	0,38	49,18	345,90	2,25	0,00	4,40	75,56	202,20	2,38	0,00	1,90	43,12
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,69	5,00		-		1,04	5,00		-		0,69	0,00		-		0,10	10,00		-		0,00	0,00	

Egyesített bölcsődevezető

Bölcsődevezető

Dietetikus

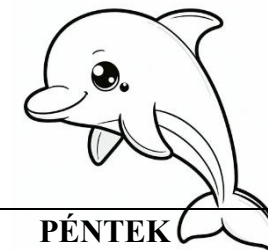
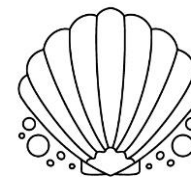
Az étrend (1) glutént, (2) tejet, (3) tojást, (4) szóját, (5) zellert, (6) mustárt, (7) mogorót, (8) halat, (9) diófélét, (10) szezámot, (11) rákot, (12) kéndioxidot, szulfidot, (13) csillagfűrtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

Az étlapp módosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

34. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK											
REGGELI			Rizsital /Alpro/ Párizsi krém /Pick/ (4) GM Zsemle /Amurex/ Kígyóuborka	Hideg rizsital /Alpro/ Tonhalkrém /Rio Mare/ (5),(6),(8) GM Zsemle /Amurex/ Póréahagyma	Kakaós rizsital /Holland/ Sonka szelet /Kométa/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Koktélpáradicsom											
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		285,60	8,27	2,24	2,21	49,52	266,10	5,24	0,95	3,18	50,40	264,10	5,25	1,00	2,50	50,56
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)		(4)		1,02	0,00	(4), (6), (8)		0,71	0,00	-	0,98	0,00				
TÍZÓRAI				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	-	0,00	5,00			
EBÉD			Frankfurti leves (5) /Sága füstli virsli/ Barackos rizstejberizs	Csirkemáj rizottó Görögdinnye	Párolt csirke Brokkoli főzelék /Burgonyával sűrítve/ Nektarin											
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	482,80	12,53	3,28	9,45	82,10	307,90	7,82	0,00	19,02	36,21	237,60	3,88	0,13	19,66	29,80	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(5)		1,89	15,00	-	0,98	0,00	-	2,00	0,00						
UZSONNA			Gyümölcs tea Házi sertéshús krém (6) GM Zsemle /Amurex/ Kápia paprika	Rizsital /Alpro/ Sárgabaracklekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/	Gyümölcs tea Zöldfűszeres margarin GM Zsemle /Amurex/ Kígyóuborka											
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	212,30	7,78	2,46	3,63	29,87	268,40	5,11	0,95	0,42	53,90	147,30	3,02	0,95	0,24	28,05	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(6)		1,70	5,00	-	0,69	0,00	-	0,69	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!

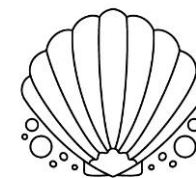
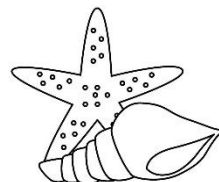
2024. Augusztus 26. –Augusztus 30.

TEJFEHÉRJE, TOJÁS ÉS GLUTÉNMENTES 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				
REGGELI	Rizsital /Alpro/ Sárgabaracklekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/					Rizsital /Alpro/ Zala felvágott /Kométa/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Hónapos retek					Gyümölcs tea Sertés párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Újhagyma					Rizsital /Alpro/ Sonkakrém /Kométa/ GM Zsemle /Amurex/ Sörretek					Rizsital /Alpro/ Sonka szelet /Kométa/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/ Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	278,60	5,12	0,95	0,45	56,30	279,60	7,37	1,76	2,53	49,72	182,80	5,60	2,00	2,23	29,05	273,80	6,18	0,95	3,93	49,34	265,80	5,57	1,13	3,26	49,59
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,69		0,00	-		0,94		0,00	-		0,69		5,00	-		0,84		0,00	-		0,96		0,00
TÍZÓRAI	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
EBÉD	Májfelfújt /GM morzsa/ Karfiolfőzelék /Alpro Rizsital/ Alma					Paradicsomos húsgombóc /Tojásmentes/ (3) Főtt burgonya Körte					Rizses hús Céklasaláta Alma					Párolt tonhalfilé (5),(8) Fehérrepa főzelék /Burgonyával sűrítve/ Banán					Csirkemell csíkok Édeskáposzta főzelék /Burgonyával sűrítve/ Nektarin				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	154,40	2,38	0,00	8,90	23,44	334,90	4,07	0,00	12,17	58,82	357,60	9,17	0,02	15,44	49,56	231,00	5,57	0,00	10,22	32,74	300,90	10,92	0,00	15,85	34,17
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,98		0,00	-		1,08		5,00	-		1,14		0,00	(5), (8)		1,97		0,00	-		1,08		0,00
UZSONNA	Citromos tea Házi pulykahús pástétom (6) GM Zsemle /Amurex/ Lilahagyma					Csipketea Petrezselymes margarin /Vénusz/ GM Zsemle /Amurex/ Paradicsom					Vaníliás rizsital /Alpro/ Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/					Házi őszibarackos smoothie Vénusz margarin GM Zsemle /Amurex/					Gyümölcs tea Borjómájás /Nádudvari/ (4) GM Zsemle /Amurex/ Koktélpáradicsom				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	183,10	4,50	0,95	3,49	30,13	149,50	3,04	0,95	0,06	27,79	268,50	5,10	0,95	0,36	54,10	240,70	4,07	0,95	0,41	50,08	148,30	2,34	0,00	1,44	28,60
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(6)		0,81		5,00	-		0,69		5,00	-0,69		5,00		-	-		0,70		7,00	(4)		0,86		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!