

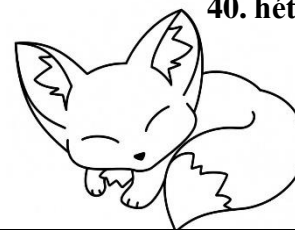
2024. Szeptember 30. – Október 04.

TEJFEHÉRJEMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



40. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Kakaós rizsital /Holland/ Borjú párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Póréhagyma					Hideg rizsital /Alpro/ Sült paprikakrém Teljes kiőrlésű bagett (1)					Gyümölcstea Sága Füstli virsli (6) Búzakenyér (1) Ketchup (5)					Rizsital /Alpro/ Szamócalekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Hideg rizsital /Alpro/ Snidlinges tojáskrém (3) Német zsemle (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	289,70	8,85	2,38	6,62	45,43	241,20	3,19	0,00	3,93	48,91	223,90	8,57	3,42	9,68	25,77	269,70	5,68	1,09	4,74	49,32	274,60	7,25	1,09	5,18	47,05
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (4)		0,35	0,00		(1)	0,20	0,00			(1), (5), (6)	0,98	5,00			(1)	0,02	0,00			(1), (3)	0,11	0,00		
TÍZÓRAI	Limonádé					Házi almás rizstejturmix					Narancslé /HohesC 100%/					Limonádé					Gyümölcstea				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	108,50	1,58	0,00	0,45	23,10	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	22,90	0,00	0,00	0,04	5,21
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,00	5,00		-	0,00	0,00			-	0,00	0,00			-	0,00	5,00			-	0,00	5,00		
EBÉD	Vagdalt szelet (1),(3) Paradicsomos káposztafőzelék (1) Banán					Párolt pulykacskók Almamártás rizstejjel (1) Kuszkusz (1)					Csirkepecsenye Zellerfőzelék (1),(5) /Burgonyával sűrítve/ Alma					Halpogácsa (1),(3),(8) Burgonyapüré rizstejjel Céklasaláta Körte					Sertés apróhús Brokkoli főzelék (1) /Alpro Rizsital/ Szilva				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	366,50	14,07	0,03	13,03	43,09	433,10	15,32	0,04	16,06	54,13	261,80	4,40	0,00	16,65	36,99	328,60	9,66	1,00	14,96	43,47	296,20	10,30	0,15	16,62	29,90
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (3)		0,59	5,00		(1)	1,50	6,00			(1), (5)	1,47	0,00			(1), (3), (8)	2,14	0,00			(1)	1,52	0,00		
UZSONNA	Csipketea Házi csirkehús krém (6) Német zsemle (1) Fürtös paradicsom					Gyümölcstea Snidlinges margarin /Vénusz/ Hagymás kenyér (1) Zöldpaprika					Hideg rizsital /Alpro/ Sonkakrém /Efef/ Búzakenyér (1) Vajretek					Citromos tea Párizsikrém /Pick/ (4) Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpáradicsom					Rizsital /Alpro/ Kukoricapehely /Corn Flakes/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	174,50	3,89	1,09	6,56	26,16	187,30	7,30	2,50	3,96	25,45	275,00	6,74	1,09	8,23	44,88	194,20	7,23	2,24	5,01	26,32	202,20	2,38	0,00	1,90	43,12
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (6)		0,12	5,00		(1)	0,03	5,00			(1)	0,17	0,00			(1), (4)	0,35	5,00			-	0,00	0,00		

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

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

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



41. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK					
REGGELI	Tejeskávé rizstejjel (1) Csirke sonkakrém /Efef/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Hideg rizsital /Alpro/ Kapros margarin /Vénusz/ Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Baromfi párizsi /K. Ízek/ (4) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Jégcsapretek					Hideg rizsital /Alpro/ Borjómájás /Nádudvari/ (4) Francia bagett (1) Kaliforniai paprika					Rizsital /Alpro/ Tepsis bundás kenyér (1),(3)					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	307,30	6,63	0,95	6,61	54,90	254,00	5,70	1,09	4,70	44,60	294,20	9,09	2,29	7,07	45,64	268,20	5,00	0,11	5,68	49,65	268,30	6,04	0,14	8,08	45,33	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		0,35		5,00	(1)		0,11		0,00	(1), (4)		0,42		0,00	(1), (4)		0,18		0,00		(1), (3)		0,49		0,00
TÍZÓRAI	Barackos rizstejtmix /Alpro/					Limonádé					Őszibaracklé /Happy Day/					Gyümölcs tea					Limonádé					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	129,70	1,59	0,00	0,50	29,23	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	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)	-		0,01		2,00	-		0,00		5,00	-		0,00		0,00	-		0,00		5,00		-		0,00		5,00
EBÉD	Tojásfelfűjt (3) Parajfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Alma					Csirkepaprikás rizstejjel (1) Copfocska tészta (1),(3) Szilva					Sült csirkecomb Sütőtökfőzelék (1) /Burgonyával sűritve/ Alma					Sertés apróhús Karatálé főzelék (1) /Alpro Rizsital/ Banán					Vagdalt (1),(3) Finomfőzelék (1) /Saját anyaggal sűritve/ Körte					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	381,80	14,94	0,95	14,71	44,49	325,90	7,01	0,00	18,51	45,13	317,70	6,96	0,00	16,30	45,18	425,60	10,23	0,00	21,29	58,24	391,80	7,73	0,03	18,44	60,13	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (3)		1,65		0,00	(1), (3)		1,97		0,00	(1)		1,97		0,00	(1)		0,98		0,00		(1), (3)		1,08		0,00
UZSONNA	Gyümölcs tea Tojáskrém (3),(6) Német zsemle (1) Lilahagyma					Hideg rizsital /Alpro/ Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Gyümölcs tea Pulykahús pástétom (6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Savanyú káposzta					Citromos tea Sárgabaracklekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Házi gyümölcsös rizstejtmix Vénusz margarin Búzakenyér (1)					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	204,60	8,20	2,04	4,93	26,92	265,90	5,66	1,09	4,68	48,57	189,30	5,56	0,95	6,61	26,96	166,70	3,57	1,09	4,42	27,93	231,90	5,13	1,09	4,77	41,02	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (3), (6)		0,05		5,00	(1)		0,02		3,50	(1), (6)		0,14		5,00	(1)		0,02		5,00		(1)		0,02		0,00

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

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

2024. Október 14. – Október 18.

TEJFEHÉRJEMENTES ÉTLAP ?

42. 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	Hideg rizsital /Alpro/ Prágai sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Padlizsánkrém (3),(6) Német zsemle (1)					Gyümölcstea Tonhalkrém (5),(6),(8) /Rio Mare/ Búzakenyér (1) Póréhagyma					Rizsital /Alpro/ Sonkakerém /Efef/ Hagymás kenyér (1) Zöldpaprika					Hideg rizsital /Alpro/ Zala felvágott /Kométa/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Savanyú káposzta				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	283,80	7,23	1,37	6,35	47,15	301,10	9,95	2,05	3,58	48,81	164,50	3,70	1,09	7,17	24,43	287,00	7,47	1,55	7,67	46,90	282,40	7,95	1,90	6,85	45,35
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		0,38	0,00		(1), (3), (6)	0,07	0,00			(1), (5), (6), (8)	0,04	5,00			(1)	0,17	0,00			(1)	0,26	0,00		
TÍZÓRAI	Almalé /Happy Day 100%/					Limonádé					Házi gyümölcsös rizstejturmix					Gyümölcstea					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	108,50	1,58	0,00	0,45	23,10	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	0,00		-	0,00	5,00			-	0,00	0,00			-	0,00	5,00			-	0,00	5,00		
EBÉD	Párolt csirkemell Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Körte					Pulyka vagdalt (1),(3) Sárgarépa főzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Szilva					Csirkeragu leves (5) Rizstejbedara (1) Kakaó szórát /Holland/ Alma					Sertéssült Kelkáposzta főzelék (1) Banán					Párolt csirkecsíkok Tökfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	355,70	7,97	0,00	19,82	47,79	303,60	8,98	0,03	13,55	40,39	320,40	6,57	0,00	14,40	48,06	350,90	15,12	0,00	17,86	32,26	238,50	3,39	0,00	18,50	31,90
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		1,98	5,00		(1), (3)	0,59	0,00			(1), (5)	0,98	5,00			(1)	1,47	0,00			(1)	1,97	0,00		
UZSONNA	Csipketea Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Vajretek					Vaníliás rizsital Zöldfűszeres margarin /Vénusz/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpáradicsom					Hideg rizsital /Alpro/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Citromos tea Gyümölcsös rizstejberizs					Rizsital /Alpro/ Kukoricapehely /Corn Flakes/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	181,40	5,97	1,09	7,74	23,54	309,50	9,18	1,90	3,68	52,64	251,80	5,68	1,09	4,88	44,86	332,50	2,20	0,00	2,93	74,42	202,20	2,38	0,00	1,90	43,12
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (3)		0,02	5,00		(1)	0,03	5,00			(1)	0,02	0,00			-	0,10	20,00			-	0,00	0,00		

Egyesített 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, szulfítot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

2024. Október 21. – Október 25.

TEJFEHÉRJEMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!


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

Egyesített Bölcsődevezető



43. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	Hideg rizsital /Alpro/ Sertés párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Paradicsom	Kakaós rizsital /Holland/ Tojáskrém (3),(6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kigyóuborka	<p>Október 23.</p> 	Hideg rizsital /Alpro/ Snidlinges margarin /Vénusz/ Búzakenyér (1) Póréhagyma	Rizsital /Alpro/ Olasz felvágott Vénusz margarin Francia bagett (1) Jégcsapretek
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	285,10 8,25 2,14 6,50 44,81	307,80 10,65 1,90 5,67 47,35		281,40 8,70 2,04 4,97 45,35	322,00 10,29 1,06 6,79 49,68
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (4) 0,02 0,00	(1), (3), (6) 0,05 0,00		(1) 0,03 0,00	(1) 0,35 0,00
TÍZÓRAI	Limonádé	Ananászlé /Happy Day 100%/		Grapefruitos limonádé	Gyümölcs tea
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	25,40 0,00 0,00 0,07 5,41	81,00 0,15 0,00 0,60 18,45		28,30 0,00 0,04 6,37 5,00	22,90 0,00 0,00 0,04 5,21
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	- 0,00 5,00	- 0,00 0,00		- 0,00 5,00	- 0,00 5,00
EBÉD	Csőben sült karfiol sertéshússal rizstejjel (1) Alma	Sült csirkecomb Burgonyapüré rizstejjel Csemege uborka (6) Banán		Sertés aprópecsenye Céklafőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Körte	Fasírt golyó (1),(3) Zöldborsófőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Alma
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	208,30 8,09 0,95 14,12 17,99	305,60 8,97 0,95 15,33 38,12		306,60 10,48 0,00 15,81 34,42	311,40 9,36 0,03 18,07 33,42
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1) 1,00 0,00	(6) 1,98 0,00		(1) 0,98 0,00	(1), (3) 0,59 0,00
UZSONNA	Citromos tea Borjómájás /Nádudvari/ (4) Francia bagett (1) Zöldpaprika	Gyümölcs tea Sonka szelet Vénusz margarin Búzakenyér (1) Vajretek		Csipkebogyó tea Csupgátott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)	Rizsital /Alpro/ Vaníliás zabkása (1)
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	163,10 2,92 0,11 5,32 27,78	159,90 3,69 1,14 6,46 24,09	162,80 3,56 1,09 4,36 27,18	314,10 5,04 0,00 3,51 63,35	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (4) 0,18 5,00	(1) 0,30 5,00	(1) 0,02 8,50	(1) 0,00 4,00	

Egyesített 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!

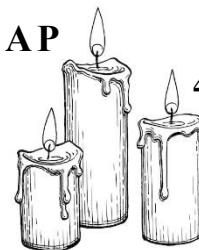
2024. Október 28. – November 01.

TEJFEHÉRJEMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



44. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Hideg rizsital /Alpro/ Házi pulykahús krém (6) Búzakenyér (1) Savanyú káposzta					Rizsital /Alpro/ Tojáskrém (3),(6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Jégcsapretek					Macikávés rizstejjel (1) Sertés párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Német zsemle (1) Zöldpaprika					Pudingos rizsital /Dr. Oetker/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					November 01.				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	284,30	7,18	1,09	8,14	46,03	309,60	10,66	1,90	5,65	47,80	317,70	8,41	2,14	5,13	54,77	278,50	5,66	1,09	4,69	51,64					
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (6)		0,14	0,00		(1), (3), (6)		0,05	0,00		(1), (4)		0,02	5,00		(1)		0,03	5,00						
TÍZÓRAI	Limonádé					Házi gyümölcsös rizstejturmix					Gyümölcs tea					Limonádé									
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	108,50	1,58	0,00	0,45	23,10	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	0,00		-		0,00	5,00		-		0,00	5,00						
EBÉD	Csirke aprópecsenye Paradicsomos zöldbabfőzelék (1) Narancs					Vagdalt szelet (1),(3) Cukkínifőzelék (1) /Alpro rizsital/ Alma					Póréhagymás csirke csíkok (1) Párolt rizs Banán					Párolt pulykamell Főtt burgonya Sóskamártás (1) /Alpro rizsital/ Alma									
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	269,10	8,68	0,00	17,21	27,10	262,10	10,08	0,03	14,09	37,77	413,70	8,00	0,00	17,93	64,02	391,60	12,09	0,00	17,12	51,19					
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		1,47	1,00		(1), (3)		1,08	0,00		(1)		1,97	0,00		(1)		2,06	5,00						
UZSONNA	Gyümölcs tea Erdei gyümölcslekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Csipkebogyó tea Sonkakrém /Efef/ Búzakenyér (1) Kígyóúborka					Citromos tea Sárgarépás margarin /Vénusz/ Hagymás kenyér (1) Koktélparadicsom					Gyümölcs tea Csurgatott méz Vénusz margarin, Búzakenyér (1)									
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	171,00	3,56	1,09	4,36	29,03	172,30	4,64	1,09	7,95	23,53	166,90	4,31	1,55	4,09	26,85	162,80	3,56	1,09	4,36	27,18					
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		0,02	5,00		(1)		0,17	5,00		(1)		0,02	5,00		(1)		0,02	8,50						



Egyesített 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) csillagfűrt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!