

2024. November 04. – November 08.

TEJFEHÉRJE ÉS TOJÁSMENTES TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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



45. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
<b>REGGELI</b>	Hideg rizsital /Alpro/ Borjúpárizsi krém /Pick/(4) /Vénusz margarin/ Búzakenyér (1) Savanyú káposzta					Rizsital /Alpro/ Padlizsánkrém /Tojásmentes/ (6) Búzakenyér (1)					Macikávé rizstejjel (1) Sonkakrém /Kométa/ /Vénusz margarin/ Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Rizsital /Alpro/ Snidlinges margarin /Vénusz/ Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Hideg rizsital /Alpro/ Házi csirkemájkrém (6) Rozsos bagett (1) Fürtös paradicsom				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	288,60	8,85	2,38	6,55	45,20	265,20	6,22	1,09	5,18	46,57	305,40	6,78	1,51	7,81	52,67	278,80	8,68	2,04	4,88	44,86	286,80	6,78	0,95	6,66	48,44
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1), (4)		0,35	0,00		(1), (6)		0,07	0,00		(1)	0,38	5,00			(1)	0,03	0,00			(1), (6)	1,02	0,00		
<b>TÍZÓRAI</b>	Gyümölcsös rizstejturmix					Grapefruitos limonádé					Őszibaracklé /Happy Day/					Limonádé					Gyümölcs tea				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	108,50	1,58	0,00	0,45	23,10	28,30	0,00	0,00	0,04	6,37	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	23,00	0,00	0,00	0,00	5,40	27,80	0,00	0,00	0,11	5,62
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	
<b>EBÉD</b>	Csirke fasírt (1) /Tojásmentes/ Kapos tökfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Alma					Párolt sertéscomb Sárgarépa-főzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Banán					Pulyka apróhús Zöldborsófőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Alma					Halrudacska /Tiko/ (1),(8) Sütőtökös burgonyapüré /Alpro Rizsital/ Körte					Párolt csirkecomb Karfiolfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	297,50	6,58	0,00	15,36	42,69	294,90	8,56	0,00	15,05	36,81	295,80	10,88	0,00	18,13	25,46	437,30	17,72	2,44	11,42	55,63	147,30	3,55	0,00	5,39	21,66
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		1,24	0,00		(1)		0,98	0,00		(1)		0,98	0,00		(1), (8)		1,73	0,00		(1)		1,47	0,00	
<b>UZSONNA</b>	Citromos tea Sonkakrém /Efef/ Rozskenyér (1) Kígyóuborka					Gyümölcs tea Snidlinges margarin /Vénusz/ Búzakenyér (1) Koktélparadicsom					Gyümölcs tea Kenőmájás /Nádudvari/ (4) Búzakenyér (1) Sörretek					Vaníliás rizsital /Alpro/ Házi vaníliás zabkása (1)					Citromos tea Szamócalekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	177,30	4,48	0,95	6,28	26,34	182,80	6,60	2,04	4,63	24,34	154,20	2,89	0,14	5,82	24,43	334,60	5,04	0,00	3,51	68,35	171,50	3,58	1,09	4,49	28,34
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		0,35	5,00		(1)		0,03	5,00		(1), (4)		0,18	5,00		(1)		0,00	9,00		(1)		0,02	5,00	

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, szulfidot, (13) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

2024. November 11. – November 15.

TEJFEHÉRJE ÉS TOJÁSMENTES TIPEGŐ ÉTLAP

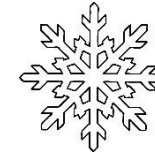
Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



46. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
<b>REGGELI</b>	Hideg rizsital /Alpro/ Zala felvágott krém /Kométa/ Hagymás kenyér (1) Koktélparadicsom	Rizsital /Alpro/ Házi csirkehúskrém (6) Búzakenyér (1) Savanyú káposzta	Csipketea Házi tonhalkrém /Rio Mare/ (6),(8) Búzakenyér (1) Zöldpaprika	Rizsital /Alpro/ Baromfi párizsikrém (4) /Kedvenc Ízek/ Búzakenyér (1) Jégretek	Pudingos rizsital /Alpro/ Zöldfűszeres margarin /Vénusz/ Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	293,00   8,63   2,36   6,19   47,27	274,00   5,86   1,09   8,72   45,96	163,50   3,72   1,09   7,12   24,20	294,20   9,09   2,29   7,07   45,64	283,10   5,70   1,09   4,71   51,73
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)     0,26   0,00	(1), (6)     0,12   0,00	(1), (6), (8)   0,04   5,00	(1), (4)   0,42   0,00	(1)   0,03   5,00
<b>TÍZÓRAI</b>	Citromos tea	Meggyes rizstejturnmix (12)	Limonádé	Körtelél /Sió/	Gyümölcs tea
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	27,80   0,00   0,00   0,11   5,62	142,70   1,58   0,00   0,27   31,95	23,00   0,00   0,00   0,00   5,40	58,50   0,00   0,00   0,00   13,50	27,80   0,00   0,00   0,11   5,62
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-     0,00   5,00	(12)     0,00   4,50	-     0,00   5,00	-     0,00   0,00	-     0,00   5,00
<b>EBÉD</b>	Sertéssült Paradicsomos káposzta főzelék (1) Banán	Párolt csirkemell Parajfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Körte	Sertés apróhús Kertészfőzelék (1),(5) Alma	Pulykapecsenye Cékla főzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Banán	Főtt virsli /Sága Füstli/ Zöldbabfőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Alma
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	354,80   15,03   0,00   15,65   34,97	324,10   8,92   0,00   20,68   35,26	275,60   9,79   0,00   14,19   30,70	301,70   10,40   0,00   13,04   36,10	213,30   8,75   3,28   9,04   24,11
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)     1,48   5,00	(1)     1,97   0,00	(1), (5)     0,59   0,00	(1)     0,98   0,00	(1)     1,78   0,00
<b>UZSONNA</b>	Gyümölcs tea Snidlinges margarin /Vénusz/ Rozsos bagett (1) Kígyóuborka	Citromos tea Lilahagymás margarin /Vénusz/ Búzakenyér (1)	Rizsital /Alpro/ Sonkakerém /Efef/ Búzakenyér (1) Kápia paprika	Hideg rizsital /Alpro/ Baracklekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)	Gyümölcs tea Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	188,60   7,06   1,90   3,43   26,20	185,50   6,58   2,04   4,65   25,05	279,00   6,76   1,09   8,35   45,66	249,40   5,66   1,09   4,68   44,52	167,70   3,56   1,09   4,43   27,59
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)     0,03   5,00	(1)     0,03   5,00	(1)   0,17   0,00	(1)   0,02   0,00	(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) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

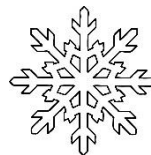
2024. November 18. – November 22.

TEJFEHÉRJE ÉS TOJÁSMENTES TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



47. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
<b>REGGELI</b>	Hideg rizsital /Alpro/ Debreceni sonkakrém /Kedvenc Ízek/ Búzakenyér (1) Tricolor paprika					Citromos tea Nosztalgia párizsikrém /Pick, Vénusz margarin/ Rozsos bagett (1) Fürtös paradicsom					Hideg rizsital /Alpro/ Sonkakrém /Kométa/ Búzakenyér (1) Vajretek					Rizsital /Alpro/ Borjómájás /Nádudvari/ (4) Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Hideg rizsital /Alpro/ Olasz felvágott krém /Kométa/ Búzakenyér (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	269,20	6,11	1,09	7,68	45,41	199,00	7,23	2,24	4,90	26,02	273,40	6,73	1,51	7,71	44,93	252,20	5,02	0,14	6,12	45,21	311,40	10,72	1,09	7,92	44,92
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		0,35	0,00		(1), (4)		0,35	5,00		(1)		0,38	0,00		(1), (4)		0,18	0,00		(1)		0,42	0,00	
<b>TÍZÓRAI</b>	Gyümölcs tea					Gyümölcsös rizstejturmix					Limonádé					Ananászlé /Happy Day 100%/					Gyümölcs tea				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	27,80	0,00	0,00	0,11	5,62	108,50	1,58	0,00	0,45	23,10	23,00	0,00	0,00	0,00	5,40	81,00	0,15	0,00	0,60	18,45	27,80	0,00	0,00	0,11	5,62
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	-		0,00	5,00		-		0,00	0,00		-		0,00	5,00		-		0,00	0,00		-		0,00	5,00	
<b>EBÉD</b>	Párolt halfilé (8) Burgonyapüré rizstejjel Alma					Májpuffancs (1) /Tojásmentes/ Brokkolifőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Banán					Pulyka aprópecsenye Zellerfőzelék (1),(5) /Burgonyával sűrítve/ Banán					Sertés apróhús Burgonyafőzelék (1) Alma					Csirke apróhús Sárgarépa-főzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	309,60	13,63	0,95	14,64	29,70	260,80	3,33	0,18	14,32	39,70	338,10	10,57	0,00	14,05	43,63	314,10	9,56	0,00	14,97	39,68	259,60	4,33	0,00	15,17	37,52
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(8)		1,98	0,00		(1)		1,52	0,00		(1), (5)		1,47	0,00		(1)		0,98	0,00		(1)		0,98	0,00	
<b>UZSONNA</b>	Rizsital /Alpro/ Snidlinges margarin /Vénusz/ Hagymás kenyér (1) Kígyóuborka					Rizsital /Alpro/ Házi sertéshúskrém (6) Búzakenyér (1) Savanyú káposzta					Gyümölcs tea Kapro margarin /Vénusz/ Rozsos bagett (1) Póréhagyma					Rizsital /Alpro/ Baracklevár Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Macikávésztejjel (1) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Koktélpáradicsom				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	288,80	9,36	2,50	4,24	46,58	291,40	7,35	1,09	9,24	46,28	164,20	4,08	0,95	3,52	26,69	249,40	5,66	1,09	4,68	44,52	284,20	5,71	1,09	4,92	52,65
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		0,03	0,00		(1), (6)		1,02	0,00		(1)		0,11	5,00		(1)		0,02	0,00		(1)		0,02	5,00	

Egyesített 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. November 25. – November 29.

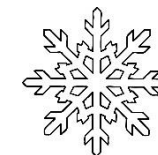
## TEJFEHÉRJE ÉS TOJÁSMENTES TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

48. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK					
<b>REGGELI</b>	Citromos tea Téliszalámikrém /Pick/ Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Almás-fahéjas zabkása (1)					Gyümölcsstea Főtt virsli /Sága Füstli/ Rozsos bagett (1) Ketchup /Globus/(5)					Rizsital /Alpro/ Házi sertéshúskrém (6) Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Citromos tea Sonkakrém /Efef/ Hagymás kenyér (1) Vajretek					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	234,40	10,65	3,94	8,20	23,70	308,90	5,04	0,00	3,65	61,87	236,80	9,05	3,28	8,55	28,50	291,40	7,37	1,09	9,26	46,28	152,20	1,68	0,60	6,82	25,58	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		0,86		5,00	(1)		0,00		0,00	(1), (5)		0,98		5,00	(1), (6)		1,02		0,00		(1)		0,33		5,00
<b>TÍZÓRAI</b>	Gyümölcsstea					Körtelék /Sió/					Limonádé					Gyümölcsstea					Gyümölcsös rizstejturmix					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	27,80	0,00	0,00	0,11	5,62	58,50	0,00	0,00	0,00	13,50	23,00	0,00	0,00	0,00	5,40	27,80	0,00	0,00	0,11	5,62	108,50	1,58	0,00	0,45	23,10	
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		0,00
<b>EBÉD</b>	Sült sertéskaraj Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Alma					Pulyka apróhús Sütőtökfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Banán					Csirke apróhús Kertészfőzelék (1),(5) /Burgonyával sűrtve/ Alma					Párolt csirkecomb Karfiolfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Banán					Párolt csirkemell Finomfőzelék (1) /Saját anyaggal sűrtve/ Alma					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	392,30	15,16	0,00	17,43	42,70	384,90	11,21	0,00	13,99	53,50	231,60	4,38	0,00	16,20	30,17	179,80	3,55	0,00	5,06	29,27	328,60	4,27	0,00	21,80	48,96	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		1,98		5,00	(1)		1,47		0,00	(1), (5)		0,59		0,00	(1)		1,47		0,00		(1)		1,97		0,00
<b>UZSONNA</b>	Kakaós rizsital /Holland/ Sonkakrém /Kométa/ Rozsos bagett (1) Kigyóuborka					Gyümölcsstea Snidlinges margarin /Vénusz/ Búzakenyér (1) Tricolor paprika					Házi banános rizstejturmix Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rizsital /Alpro/ Kapros margarin /Vénusz/ Búzakenyér (1) Póréhagyma					Hideg rizsital /Alpro/ Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	283,40	7,22	0,95	7,07	47,24	182,20	6,59	2,04	4,58	24,29	254,00	5,13	1,09	4,59	46,25	254,40	5,70	1,09	4,97	45,35	265,90	5,66	1,09	4,68	48,57	
Allergének/ só (g/fő), hozzáadott cukor (g)	(1)		0,17		0,00	(1)		0,03		5,00	(1)		0,02		1,00	(1)		0,11		0,00		(1)		0,02		3,50

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) csillagfürtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!