

2024. December 02. – December 07.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP



49. hét



Az étlapp módosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT
REGGELI	Tej (2) Házi tonhalkrém /Rio Mare/ (5),(6),(8) Búzakenyér (1) Kígyóuborka	Tej (2) Snidlinges tojáskrém (3),(6) Kiskifli (1),(2) Zöldpaprika	Tejeskávé (1),(2) Sertés párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin /Tipegő: Párizsikrém/ Búzakenyér (1) Póréhagyma	Tej (2) Zalakrém /Kométa/ Német zsemle (1) Jégrettek	Gyümölcsstea Főtt virsli /Sága/ Kiskifli (1),(2) Ketchup (5)	Tej (2) Sonka szelet /Efef/ Vénusz margarin /Tipegő: Sonkakrém/ Német zsemle (1) Zöldpaprika
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	254,30 10,68 1,45 13,07 25,78	212,60 9,24 1,06 8,94 23,30	273,70 10,36 2,14 10,95 33,34	243,60 10,17 1,90 9,33 28,11	210,10 8,55 3,39 7,70 23,84	230,20 8,37 1,09 10,28 27,82
Allergének/ cukor (gr), só (gr), kalcium (mg)	(1),(2),(5),(6),(8) 0,0 0,10 184,97	(1),(2),(3),(6) 0,0 0,11 187,60	(1),(2),(4) 5,00 0,02 183,96	(1),(2) 0,00 0,26 183,66	(1),(2),(5) 5,00 0,98 3,78	(1),(2) 0,00 0,35 182,80
TÍZÓRAI	Gyümölcsstea	Almalé /Happy Day 100%/	Meggyes turmix (2),(12)	Limonádé	Gyümölcsstea	Limonádé
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	27,80 0,00 0,00 0,11 5,62	69,00 0,15 0,00 0,15 16,95	124,20 4,20 0,00 4,50 17,05	25,40 0,00 0,00 0,07 5,41	27,80 0,00 0,00 0,11 5,62	25,40 0,00 0,00 0,07 5,41
Allergének/ cukor (gr), só (gr), kalcium (mg)	- 5,00 0,00 3,78	- 0,00 0,00 0,00	(2),(12) 4,00 0,00 192,52	- 5,00 0,00 2,52	- 5,00 0,00 3,78	- 5,00 0,00 2,52
EBÉD	Párolt csirkemell Fahéjas almamártás (1),(2) Pírtott dara (1) Sajt szelet (2)	Rakott kel (1),(2) /Tipegő: Párolt sertéscomb, Kelkáposzta főzelék (1)/ Narancs	Csirkemájás rizottó (2) Céklasaláta /Tipegő: Párolt csirkemáj, Zöldborsó főzelék (1),(2)/ Alma	Sült sertésbűs Kaprok tökfőzelék (1),(2) Banán	Stefánia pulykavagdalt (1),(3) Burgonyafőzelék (1),(2) Mandarin	Tejbedara (1),(2) Kakaós szórat /Holland/ Alma
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	392,10 12,35 2,10 24,85 42,94	429,60 17,90 5,10 23,41 40,87	347,30 12,51 0,00 21,03 33,17	380,30 14,62 2,80 16,80 41,92	389,70 15,78 2,80 18,03 49,90	229,90 2,83 0,00 5,67 43,72
Allergének/ cukor (gr), só (gr), kalcium (mg)	(1),(2) 7,00 1,25 162,37	(1),(2) 0,00 1,40 141,35	(2) 0,00 1,18 191,04	(1),(2) 0,00 1,49 157,29	(1),(2),(3) 0,00 2,11 113,97	(1),(2) 15,00 0,00 129,21
UZSONNA	Gyümölcsstea Borjúmájás /Pick/ (2),(4) Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpáradicsom	Gyümölcsstea Zöldfűszeres túrókrém (2) Búzakenyér (1) Lilahagyma	Tej (2) Teavaj /Ammerland/ (2) Kakaós fonott kalács (1),(3)	Gyümölcsstea Magyaros vajkrém /Milli/(2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Savanyú káposzta	Tej (2) Gabonagolyó (1) /Nestlé/	Tej (2) Vaníliás krémtúró (2) Vénusz margarin Kiskifli (1),(2)
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	203,40 7,28 2,60 5,83 26,94	209,60 6,33 2,94 9,20 26,56	293,00 15,12 0,00 8,10 29,98	175,90 4,83 0,00 3,87 27,33	161,80 5,22 0,00 6,26 21,69	342,70 12,24 1,06 14,42 43,33
Allergének/ cukor (gr), só (gr), kalcium (mg)	(1),(2),(4) 5,00 0,36 3,78	(1),(2) 5,00 0,02 60,14	(1),(2),(3) 0,00 0,60 182,50	(1),(2) 5,00 0,00 10,38	(1),(2) 0,00 0,00 180,00	(1),(2) 0,00 0,17 180,00

Egyesített bölcsődevezető

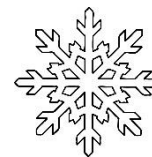
Dietetikus

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) csillagfűrtöt, (14) puhatestűeket tartalmazhat!

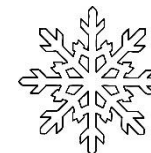
Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



50. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT
REGGELI	Tej (2) Csirkemell sonkakrém /Efef/ Kiskifli (1),(2) Kaliforniai paprika	Hideg tej (2) Magyaros vajkrém /Milli/ (2) Német zsemle (1) Fürtös paradicsom	Tej (2) Borjú párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin /Tipegő: Párizsi krém/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Tricolor paprika	Hideg tej (2) Tepsis bundás kenyér (1),(2),(3) /Tipegő: Tojáskrém (3),(6), Búzakenyér (1)/	Tej (2) Olasz felvágott /Kométa/ Vénusz margarin /Tipegő: Olasz krém/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Póréhagyma	Tej (2) Kockasajt /Medve/ (2) Kiskifli (1),(2) Koktélpáradicsom
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	210,50 8,20 1,06 9,90 23,84	227,80 8,68 0,14 7,63 28,04	254,70 11,42 2,24 9,42 28,12	335,30 17,34 2,94 17,72 26,76	268,40 12,28 2,59 10,71 28,34	215,60 8,78 2,71 9,37 24,35
Allergének/ cukor (gr), só (gr), kalcium (mg)	(1),(2) 0,00 0,35 182,80	(1),(2) 0,00 0,00 181,80	(1),(2),(4) 0,00 0,35 18,00	(1),(2),(3) 0,00 0,71 334,37	(1),(2) 0,00 0,44 183,96	(1),(2) 0,00 0,40 264,00
TÍZÓRAI	Gyümölcstea	Actimel (2)	Narancslé /HohesC 100%/	Limonádé	Gyümölcstea	Őszibaracklé /Happy Day/
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	27,80 0,00 0,00 0,11 5,62	76,00 1,50 0,00 2,80 12,00	58,50 0,00 0,00 0,00 13,65	25,40 0,00 0,00 0,07 5,41	27,80 0,00 0,00 0,11 5,62	69,00 0,15 0,00 0,15 18,00
Allergének/ cukor (gr), só (gr), kalcium (mg)	- 5,00 0,00 3,78	(2) 0,00 0,00 120,00	- 0,00 0,00 0,00	- 5,00 0,00 2,52	- 5,00 0,00 3,78	- 0,00 0,00 0,00
EBÉD	Csírke apróhús Zöldborsófőzelék (1),(2) Alma	Pulykaragu leves (5) Meggyes-kakaós kevert sütemény (1),(2),(3),(12) /Tipegő: Pulyka apróhús, Kertész főzelék (1),(2),(5), Körte/	Húsgombóc /Sertéscomb/(1),(3) Paradicsommártás (1) Főtt burgonya Banán	Párolt csirkemellfilé Parajfőzelék (1),(2) Narancs	Pírtott csirkehús Karfiol főzelék (1),(2) Alma	Gyümölcsös tejberizs (2) Banán
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	249,90 5,23 0,00 21,25 23,86	380,50 18,44 2,10 12,87 37,93	366,90 9,78 0,00 13,32 51,93	288,10 9,32 0,00 22,24 23,20	200,00 10,67 2,80 6,07 17,75	394,60 7,15 0,00 11,50 68,79
Allergének/ cukor (gr), só (gr), kalcium (mg)	(1),(2) 0,00 0,98 99,54	(1),(2),(3), (5),(12) 13,00 1,15 74,40	(1),(3) 2,50 2,47 78,27	(1),(2) 0,00 1,97 106,13	(1),(2) 0,00 1,49 111,58	(2) 5,00 0,10 364,39
UZSONNA	Gyümölcstea Natúr sajtkrém /Tolle/ (2) Búzakenyér (1) Kígyóborka	Csipkebogyótea Tojáskrém (3),(6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Póréhagyma	Gyümölcstea Házi vaníliás krémtúró (2) Vénusz margarin Kiskifli (1),(2)	Gyerektea Házi pulykahús krém (6) Hagymás kenyér (1) Jégrettek	Citromos tea Joghurtital /Good Milk/ (2) Vénusz margarin Kiskifli (1),(2)	Actimel (2) Vénusz margarin Német zsemle (1)
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	140,90 1,78 0,14 5,01 24,38	207,30 8,57 1,90 5,43 26,44	169,90 5,24 1,76 4,13 24,69	196,30 5,76 1,55 7,21 26,97	249,50 4,74 1,81 6,58 42,20	202,40 5,19 1,09 5,49 32,04
Allergének/ cukor (gr), só (gr), kalcium (mg)	(1),(2) 5,00 0,00 7,38	(1),(3),(6) 5,00 0,05 10,02	(1),(2) 8,00 0,02 18,28	(1),(6) 5,00 0,14 12,09	(1),(2) 5,00 0,17 183,78	(1),(2) 0,00 0,02 120,00

Egyesített bölcsődevezető

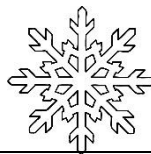
Dietetikus

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!

Az étlapp módosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



51. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Tej (2) Sertés párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin /Tipegő: Párizsi krém/ Német zsemle (1) Zöldpaprika					Tej (2) Natúr vajkrém /Tolle/(2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpáradicsom					Gyümölcs tea Téliszalámi /Pick/ Vénusz margarin Hagymás kenyér (1) Jégrettek					Tej (2) Sonka szelet /Kométa/ /Tipegő: Sonkakrém/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Körözött (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	245,50	10,50	2,14	9,23	27,90	232,30	9,03	0,00	8,23	28,81	270,20	13,67	5,35	8,98	26,16	235,20	8,85	1,51	11,95	26,28	249,50	9,37	1,40	11,46	28,99
Allergének/ cukor (gr), só (gr), kalcium (mg)	(1),(2),(4)	0,00	0,02	182,80		(1),(2)	0,00	0,00	180,00		(1)	5,00	0,86	11,04		(1),(2)	0,00	0,38	182,80		(1),(2)	0,00	0,11	229,97	
TÍZÓRAI	Gyümölcs tea					Limonádé					Körtelék /Sió/					Limonádé					Gyümölcs tea				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	27,80	0,00	0,00	0,11	5,62	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	58,50	0,00	0,00	0,00	13,50	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	27,90	0,00	0,00	0,11	5,62
Allergének/ cukor (gr), só (gr), kalcium (mg)	-	5,00	0,00	3,78		-	5,00	0,00	2,52		-	0,00	0,00	0,00		-	5,00	0,00	2,52		-	5,00	0,00	3,78	
EBÉD	Sertéspörkölt Kelkáposzta főzelék (1) Narancs					Sonkafelfújt (1),(3) /Kométa Prágai sonka/ Burgonyapüré (2) Alma					Húsgombóc leves (1),(3) Túrós guba, vanília öntettel (1),(2),(3) Mandarin /Tipegő: Húsgombóc (1),(3), Kertészfőzelék (1),(2),(5), Banán/					Sertéspörkölt Finomfőzelék (1),(2) Alma					Párolt sertéshús Sóskamártás (1),(2) Főtt burgonya Banán				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	317,10	14,25	0,00	16,32	27,56	272,30	10,47	1,15	12,68	31,08	602,10	21,53	4,85	20,25	86,06	292,80	10,24	0,00	16,76	31,15	444,00	14,22	2,38	20,41	55,55
Allergének/ cukor (gr), só (gr), kalcium (mg)	(1)	0,00	0,98	102,20		(1),(2),(3)	0,00	2,95	73,91		(1),(2),(3),(5)	26,25	1,18	270,94		(1),(2)	0,00	0,98	56,54		(1),(2)	5,00	1,59	240,24	
UZSONNA	Csipkebogyó tea Sárgabarack lekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Citromos tea Házi pulykahúskrém (6) Kiskifli (1),(2) Savanyú káposzta					Tej (2) Teavaj /Ammerland/ (2) Német zsemle (1) Koktélpáradicsom					Gyümölcs tea Kenőmájás /Gyulai/ (4),(6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Lilahagyma					Házi barackos gyümölcsjoghurt (2) Vénusz margarin Kiskifli (1),(2)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	176,90	3,58	1,09	4,45	30,33	167,50	5,06	1,06	5,84	22,70	262,60	12,93	0,14	7,79	27,94	178,20	4,51	0,00	5,25	27,51	178,10	6,55	2,86	5,61	23,74
Allergének/ cukor (gr), só (gr), kalcium (mg)	(1)	5,00	0,02	1,26		(1),(2),(6)	5,00	0,14	15,03		(1),(2)	0,00	0,00	182,50		(1),(4),(6)	5,00	0,27	9,24		(1),(2)	1,00	0,12	0,00	

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

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