

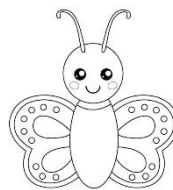
2025. Május 05. – Május 09.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



19. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Kakaós rizsital /Holland/ Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Gyümölcsstea Főtt virsli /Sága Füstli/ Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Rooibos tea Vöröslencsekrém (6) Német zsemle (1) Tricolor paprika					Gyümölcsstea Sonkakrém /Efef/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Vajretek					Rizsital /Alpro/ Nesquik gabonapehely (1)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	265,90	5,66	1,09	4,68	48,57	223,20	8,60	3,42	9,65	23,94	168,90	0,91	0,14	4,79	32,08	182,20	4,66	1,19	6,93	26,35	203,80	3,12	0,00	2,12	41,24
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	3,50	0,02	240,00		(1)	5,00	0,80	5,58		(1), (6)	5,00	0,52	14,91		(1)	5,00	0,38	3,78		(1)	0,00	0,00	240,00	
TÍZÓRAI	Piros multivitamin 100%-os /Happy Day/					Házi trópusi smoothie rizstejjel					Narancslé 100%-os /Hohes C/					Házi mangós smoothie rizstejjel					Őszibaracklé /Happy Day/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	126,50	1,58	0,00	0,27	27,95	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	125,70	1,58	0,00	0,39	26,78	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	0,00	0,00	0,00		-	0,00	0,00	180,00		-	0,00	0,00	0,00		-	0,00	0,00	200,13		-	0,00	0,00	0,00	
EBÉD	Párolt sertéscomb Zöldborsófőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Körte					Párolt csirkemell Tavaszi főzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Alma					Panírozott tőkehalfilé (1),(8) Burgonyapüré rizstejjel Banán					Póréhagymás pulykamell rizzzel /Alpro Rizsital/ (1) Alma					Vagdalt szelet (1) /Tojásmentes/ Cukkínifőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	304,30	8,93	0,00	20,29	29,78	223,30	3,65	0,00	19,33	25,96	379,70	14,25	1,49	10,48	49,80	412,20	12,25	0,00	16,15	56,35	291,30	9,84	0,03	13,45	45,38
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	0,98	133,81		(1)	0,00	1,47	50,34		(1), (8)	0,00	1,72	103,74		(1)	0,00	1,97	141,12		(1)	0,00	1,08	165,13	
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Snidlinges növényi sajtkrém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Hónapos retek					Rizsital /Alpro/ Növényi sajtkrém /Violife/ Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Rizsital /Alpro/ Kemencés sült csülökrém /Kométa/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Újhagyma					Rizsital /Alpro/ Sertés párizsi /Kométa/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Citromos tea Sonka szelet /Kométa/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Koktélparadicsom				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	309,90	9,96	0,95	3,70	51,04	301,60	9,48	1,09	4,88	48,66	279,70	6,64	1,13	6,58	48,12	290,30	9,02	2,43	6,57	45,27	242,60	5,40	1,33	8,23	24,54
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	0,02	245,94		(1)	0,00	0,02	243,60		(1)	0,00	0,29	245,40		(1)	0,00	0,26	242,80		(1)	5,00	0,50	3,78	

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

Az étrend az ételsoroként megjelölt allergéneket tartalmazza: (1) glutén, (2) tej, (3) tojás, (4) szója, (5) zeller, (6) mustár, (7) mogoró, (8) hal, (9) diófélék, (10) szezám, (11) rák, (12) kén-dioxid, (13) szulfid, (14) csillagfű, (15) puhatestűek.

2025. Május 12. – Május 17.

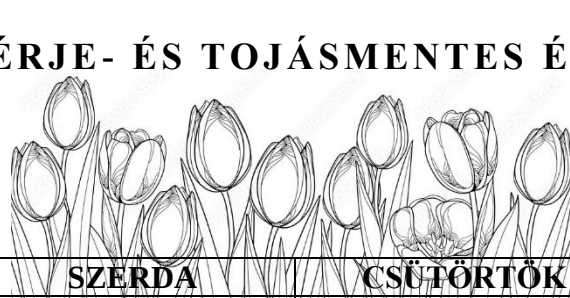
TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

20. hét

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK					SZOMBAT						
REGGELI	Rooibos tea Áfonyalekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Citromos tea Házi csirkemájkrém (6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Hónapos retek					Gyümölcsstea Padlizsánkrém (6) Búzakenyér (1) Tricolor paprika					Citromos tea Házi napraforgómagvas pulykahúskrém (6) Német zsemle (1) Vajretek					Gyümölcsstea Lazackrém /Rio Mare/ (6),(8) Teljes kiőrlésű bagett (1) Póréhagyma					Rizsital /Alpro/ Sonka szelet /Efef/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Zöldpaprika						
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	192,00	3,64	1,09	4,49	33,14	188,70	4,66	0,95	6,61	27,78	171,00	4,15	1,09	5,08	26,34	217,00	7,56	1,09	7,07	27,72	197,30	6,68	1,28	5,07	27,46	277,00	6,45	1,33	6,89	47,44	
	Allergének/ cukor (gr), só (gr), kalcium (mg)	(1)		5,00	0,02	3,78	(1), (6)		5,00	1,02	37,07	(1)		5,00	0,02	13,17	(1), (6)		5,00	0,14	14,33	(1), (6), (8)		5,00	0,04	7,74	(1)		0,00	0,38	242,80	
TÍZÓRAI	Ananászlé 100%-os /Happy Day/					Banános smoothie rizstejjel (2)					Körtelé /Sió/					Házi gyümölcsös rizstejrumix					Eperlé /Happy Day/					Limonádé						
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	81,00	0,15	0,00	0,60	18,45	123,70	1,05	0,00	0,18	27,68	58,50	0,00	0,00	0,00	13,50	77,00	1,05	0,00	0,36	16,45	72,00	16,50	0,00	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41		
Allergének/ cukor (gr), só (gr), kalcium (mg)	-		0,00	0,00	0,00	-	7,00	0,00	153,55		-		0,00	0,00	0,00	-	0,00	0,00	122,48	-	0,00	0,00	0,00	-	5,00	0,00	2,52	-		5,00	0,00	2,52
EBÉD	Sült sertéskaraj Paradicsomos káposztafőzelék (1) Szőlő					Tavaszi raguleves rizstejjel (1),(5) Gyümölcsös rizstejberizs					Párolt csirkemell Sóskamártás rizstejjel(1) Főtt burgonya Banán					Sertés aprópecsenye Durum tészta köret (1) Csemege uborka (6) Alma					Párolt csirkecomb Karfiolfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Banán					Rizstejbedara (1) Kakaós szórat /Holland/ Alma						
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	351,80	15,03	0,00	16,07	34,35	472,30	10,87	0,00	14,31	76,42	372,80	4,99	0,00	21,25	58,15	357,80	10,67	0,00	17,24	45,90	179,80	3,55	0,00	5,06	29,27	195,90	1,08	0,00	2,85	42,32	
	Allergének/ cukor (gr), só (gr), kalcium (mg)	(1)		5,00	1,48	67,04	(1), (5)		5,00	1,08	266,42	(1)		5,00	2,06	211,74	(1), (6)		0,00	1,47	19,24	(1)		0,00	1,47	160,27	(1)		5,00	0,00	129,21	
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Növényi sajtkrém /Violife/ Hagymás kenyér (1) Kaliforniai paprika					Rizsital /Alpro/ Csirkemell sonka /Kométa/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Növényi gouda sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Újhagyma					Rizsital /Alpro/ Kemencés sült sonkakrém /Kométa/ Búzakenyér (1) Koktélparadicsom					Rizsital /Alpro/ Borjúpárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Hagymás kenyér (1) Kígyóuborka					Rizsital /Alpro/ Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)						
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	315,20	10,18	1,55	4,32	51,12	340,80	7,50	1,33	8,30	44,80	314,00	9,99	0,95	3,88	51,77	269,50	6,15	1,27	7,58	45,47	308,80	10,56	3,27	6,44	46,68	265,90	5,66	1,09	4,68	48,57	
	Allergének/ cukor (gr), só (gr), kalcium (mg)	(1)		0,00	0,02	242,80	(1)		0,00	0,50	241,80	(1)		0,00	0,02	245,40	(1)		0,00	0,29	240,00	(1), (4)		0,00	0,46	243,60	(1)		3,50	0,02	240,00	

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

Az étrend az ételsoranként megjelölt allergéneket tartalmazza: (1) glutén, (2) tej, (3) tojás, (4) szója, (5) zeller, (6) mustár, (7) mogoró, (8) hal, (9) diófélék, (10) szezám, (11) rák, (12) kén-dioxid, (13) szulfid, (14) csillagfű, (15) puhatestűek.

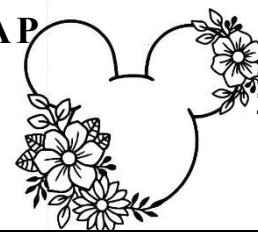
2025. Május 19. – Május 23.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



21. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Macikáv rizstejjel (1) Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Citromos tea Kapros növényi sajtkrém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Hónapos retek					Gyümölcs tea Zöldfűszeres növényi sajtkrém /Violife/ Hagymás kenyér (1) Koktélparadicsom					Rooibos tea Tonhalkrém /Rio Mare/ (6),(8) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Citromos tea Növényi sajtkrém /Violife/ Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	296,10	5,67	1,09	4,72	55,90	211,70	7,86	0,95	3,44	30,06	215,60	8,08	1,55	3,99	29,86	224,00	9,43	1,62	6,42	26,67	207,00	7,40	1,09	4,71	28,42
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	8,50	0,02		240,00	(1)		5,00	0,02	9,72	(1)		5,00	0,02	3,78	(1), (6), (8)	5,00	0,16		8,75	(1)		5,00	0,02	6,58
TÍZÓRAI	Mangólé /Happy Day/					Házi szamócás rizstejturmix					Almalé 100%-os /Happy Day/					Házi barackos rizstejturmix					Szőlőlé /Sió/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	84,00	0,75	0,00	0,75	19,50	153,40	1,36	0,00	0,63	33,71	69,00	0,15	0,00	0,15	16,95	129,70	1,59	0,00	0,50	29,23	61,50	0,75	0,00	0,00	14,85
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	0,00	0,00	0,00		-	6,00	0,00		183,55	-	0,00	0,00	0,00		-	2,00	0,01		180,00	-	0,00	0,00		0,00
EBÉD	Pulykavagdalt (1) /Tojásmentes/ Kapros tökfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Alma					Gulyásleves (5) Rizstejbedara kakaós szóráttal /Holland/ (1) Banán					Sertés apróhús Bébirépa főzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Alma					Svájci rakott burgonya prágai sonkával rizstejjel (1) Banán					Csirke aprópecsenye Brokkolifőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	303,10	9,93	0,00	13,08	38,59	350,00	7,32	0,00	11,71	55,65	267,00	10,00	0,00	13,22	27,74	290,80	4,27	0,95	13,83	47,09	235,10	4,89	0,15	18,24	25,86
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		0,00	2,06	109,49	(1), (5)		5,00	0,49	204,85	(1)		0,00	0,59	105,04	(1)		0,00	0,51	131,04	(1)		0,00	1,52	99,49
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Sertéspárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Rizsital /Alpro/ Sonka szelet /Kométa/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Újhagyma					Rizsital /Alpro/ Gouda növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Tricolor paprika					Rizsital /Alpro/ Borjómájás /Nádudvar/ (4) Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Növényi sajtkrém /Violife/ Német zsemle (1) Vajretek				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	290,90	8,71	2,00	5,48	47,39	279,80	6,44	1,33	7,04	47,97	303,30	9,49	1,09	4,83	49,07	252,80	5,00	0,14	5,90	44,69	304,60	9,60	1,09	3,15	50,72
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)		0,00	0,02	243,60	(1)		0,00	0,38	245,40	(1)		0,00	0,02	240,00	(1), (4)		0,00	0,18	241,80	(1)		0,00	0,02	240,00

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

Az étrend az ételsoroként megjelölt allergéneket tartalmazza: (1) glutén, (2) tej, (3) tojás, (4) szója, (5) zeller, (6) mustár, (7) mogoró, (8) hal, (9) diófélék, (10) szezám, (11) rák, (12) kén-dioxid, szulfid, (13) csillagfű, (14) puhatestűek.

2025. Május 26. – Május 30.

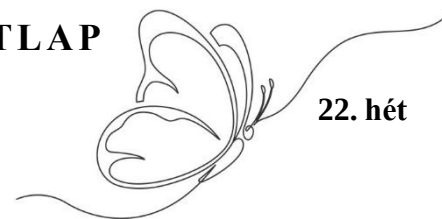
TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

22. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Rizsital /Alpro/ Corn Flakes kukoricapehely (1)					Citromos tea Tőkealmájkrém (8),(6) Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika					Gyümölcs tea Akácméz Vénusz margarin Német zsemle (1)					Rooibos tea Csicseriborsókrém (6) Hagymás kenyér (1) Fürtös paradicsom					Citromos tea Házi pulykahúskrém (6) Búzakenyér (1) Zöldpaprika				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	202,20	2,38	0,00	1,90	43,12	249,30	13,26	2,59	5,60	25,00	215,00	3,69	1,09	2,86	42,10	170,70	1,57	0,60	4,74	29,90	186,10	5,10	1,09	7,91	25,05
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	0,00	0,00	240,00		(1), (8)	5,00	0,14	7,95		(1)	5,00	0,02	3,78		(1), (6)	5,00	0,52	9,46		(1), (6)	5,00	0,14	11,23	
TÍZÓRAI	Piros multivitamin 100%-os /Happy Day/					Házi almás rizstejturmix					Narancslé 100%-os /Hohes C/					Házi málnás rizstejturmix					Őszibaracklé /Happy Day/				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	77,00	1,05	0,00	0,36	16,45	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	114,60	1,73	0,00	0,87	23,30	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	0,00	0,00	0,00		-	0,00	0,00	122,48		-	0,00	0,00	0,00		-	1,00	0,00	180,00		-	0,00	0,00	0,00	
EBÉD	Grill csirkecomb Salátafőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma					Párolt nyúlcombfilé Cékla főzelék (1) /Alpro Rizsital/ Szilva					Párolt pulykamell Mexikói főzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Banán					Csirkepaprikás rizstejjel (1) Durum tészta (1) Alma					Májfelfújt (1) /Tojásmentes/ Karálábfőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Banán				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	197,30	6,64	0,00	8,81	38,10	283,80	8,52	0,00	16,28	32,96	330,80	10,68	0,00	12,68	40,29	278,80	6,87	0,00	6,56	45,87	374,80	3,26	0,03	19,71	63,93
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	1,47	154,58		(1)	0,00	0,98	110,43		(1)	0,00	1,47	136,25		(1)	0,00	1,97	32,40		(1)	0,00	0,98	339,06	
UZSONNA	Gyümölcs tea Sertéspárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					Rizsital /Alpro/ Tökmagvas krém /Vénusz/ Búzakenyér (1)					Rizsital /Alpro/ Növényi sajtkrém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpáradicsom					Rizsital /Alpro/ Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rizsital /Alpro/ Sonka szelet /Kométa/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Kígyóuborka				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	192,60	6,61	2,00	5,23	26,41	276,40	8,66	2,04	4,68	44,52	311,80	9,98	0,95	3,68	51,44	265,90	5,66	1,09	4,68	48,57	275,40	6,41	1,33	6,85	47,18
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)	5,00	0,02	7,38		(1)	0,00	0,03	240,00		(1)	0,00	0,02	240,00		(1)	3,50	0,02	240,00		(1)	0,00	0,38	243,60	

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

Az étrend az ételsoroként megjelölt allergéneket tartalmazza: (1) glutén, (2) tej, (3) tojás, (4) szója, (5) zeller, (6) mustár, (7) mogoró, (8) hal, (9) diófélék, (10) szezám, (11) rák, (12) kén-dioxid, (13) szulfid, (14) csillagfű, (15) puhatestűek.