

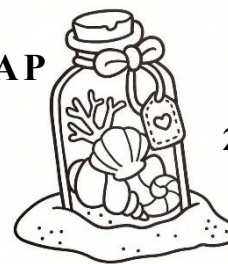
2025. Június 30. – Július 04.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

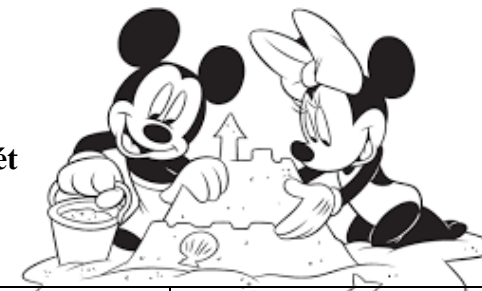
Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



27. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Gyümölcsstea Főtt virsli /Sága/ Kiskifli (1),(2) Ketchup /Heinz/ (5) Póréhagyma					Rooibos tea Juhtúrós körözött (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Tej (2) Házi tökmagvas sertéshúskrém (6) Hagymás kenyér (1) Koktélparadicsom					Citromos tea Snidlinges tojáskrém (3),(6) Búzákenyér (1) Tricolor paprika					Tej (2) Áfonyalekvár Vénusz margarin Német zsemle (1)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	215,20	8,59	3,39	7,99	24,67	181,20	4,50	1,40	5,51	27,76	287,70	13,71	2,50	11,66	28,51	175,00	5,03	1,09	6,51	24,36	251,20	7,97	1,09	7,25	36,69
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (5)	5,00	0,98	7,74		(1), (2)	5,00	0,11	44,95		(1), (2), (6)	0,00	0,05	184,73		(1), (3), (6)	5,00	0,11	8,58		(1), (2)	0,00	0,02	180,00	
TÍZÓRAI	Körtelék /Sió/					Banános smoothie (2)					Limonádé					Trópusi tejturmix (2)					Eperlé /Happy Day/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	58,50	0,00	0,00	0,00	13,50	116,70	2,80	0,00	3,00	19,08	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	116,00	4,20	0,00	4,50	15,05	72,00	16,50	0,00	0,00	0,00
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	0,00	0,00	0,00		(2)	7,00	0,00	153,55		-	5,00	0,00	2,52		(2)	0,00	0,00	180,00		-	0,00	0,00	0,00	
EBÉD	Panírozott tökehalfilé (1),(8) Burgonyapüré (2) Nektarin					Húsgombóc (1),(3) Karábéfőzelék (1),(2) Alma					Reszelt sajt (2) Finomfőzelék (1),(2) Görögdinnye					Csirkepaprikás (1),(2) Orsó tészta (1),(3) /Tipegő: Párolt csirkecomb, Burgonyapüré (2)/ Banán					Pulykavagdalt (1),(3) Kelkáposztafőzelék (1) Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	370,90	15,13	0,54	12,61	46,20	370,10	8,42	1,89	20,85	50,23	244,20	9,24	0,00	13,53	26,36	341,30	11,04	2,80	20,02	37,26	332,70	14,71	0,00	15,48	32,40
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (8)	0,00	1,71	43,35		(1), (2), (3)	0,00	1,49	253,45		(1), (2)	0,00	0,79	222,97		(1), (2), (3)	0,00	1,98	100,53		(1), (3)	0,00	1,57	68,20	
UZSONNA	Tej (2) Mozzarella sajt szelet (2) Vénusz margarin /Tip.: Mozzarella sajtkrém (2)/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Tej (2) Nesquik kakaós gabonapehely /Nestle/ (1) /Tipegő: Tejbedara kakaós szórattal (1),(2)/					Gyümölcsstea Zöldfűszeres vajkrém (2) /Tolle/ Kiskifli (1),(2) Jégcsapretek					Tej (2) Borjúpárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin /Tipegő: Párizsikrém (4)/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Rooibos tea Tökealmájkrém (6),(8) Búzákenyér (1) Vajretek				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	280,00	12,68	3,81	12,64	27,57	161,80	5,22	0,00	6,26	21,69	149,40	4,44	0,11	2,99	22,78	266,00	12,46	2,67	10,02	28,02	245,60	13,24	2,59	5,50	24,10
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,32	181,80		(1), (2)	0,00	0,00	180,00		(1), (2)	5,00	0,00	7,44		(1), (2), (4)	0,00	0,46	184,07		(1), (6), (8)	5,00	0,14	5,15	

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) szeszamag, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfűrt, (14) puhatestűek.

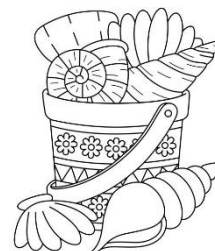
2025. Július 07. – Július 11.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



28. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Rooibos tea Magyaros vajkrém /Tolle/ (2) Búzakenyér (1) Kígyóborka					Gyümölcsstea Sárgarépás lencsekrém (6) Kiskifli (1),(2) Tricolor paprika					Citromos tea Házi csirkemájkrém (6) Német zsemle (1) Koktélpáradicsom					Rooibos tea Tonhalkrém /Rio Mare/ (6),(8) Teljes kiőrlésű bagett (1) Hónapos retek					Gyümölcsstea Kockasajt /Medve/ (2) Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	167,60	4,33	0,14	5,05	25,04	139,30	0,72	0,11	3,82	25,88	183,60	4,33	1,09	6,16	27,98	188,60	5,91	0,95	4,85	27,13	179,40	4,60	2,74	7,11	25,54
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1),(2)		5,00	0,00	7,85	(1),(2),(6)		5,00	0,52	10,47	(1),(6)		5,00	1,02	31,13	(1),(6),(8)		5,00	0,24	11,09	(1),(2)		5,00	0,40	90,58
TÍZÓRAI	Mentás limonádé					Actimel (2)					Narancslé 100%-os /Hohes C/					Barackos smoothie (2)					Szőlőlé /Sió/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	21,70	0,00	0,00	0,02	5,10	76,00	1,50	0,00	2,80	12,00	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	109,70	4,21	0,00	4,69	13,87	61,50	0,75	0,00	0,00	14,85
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	5,00	0,00	0,63		(2)	0,00	0,00	120,00		-	0,00	0,00	0,00		(2)	1,00	0,01	180,00		-	0,00	0,00	0,00	
EBÉD	Párolt pulykamell Cukkini-főzelék (1),(2) Alma					Csőbensült karfiol (1),(2),(3) /Tipegő: Párolt csirkemell, Karfiolfőzelék (1),(2)/ Görögdinnye					Gulyásleves (1),(5) Almás pite (1),(2),(3) /Tipegő: Sertés apróhús, Kertész főzelék (1),(2),(5), Alma/					Tojásfelfújt (1),(3) Zöldborsófőzelék (1),(2) Banán					Sertéssült Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Sárgadinnye				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	263,00	14,38	2,38	15,58	26,29	272,30	15,65	1,04	12,64	19,73	386,40	17,81	1,40	14,12	39,63	340,60	10,37	0,03	16,85	40,97	388,60	15,28	0,00	17,61	42,01
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1),(2)		0,00	1,98	97,80	(1),(2),(3)		0,00	1,16	200,82	(1),(2),(3),(5)		15,00	0,52	35,47	(1),(2),(3)		0,00	0,99	192,49	(1)	5,00	1,98	25,62	
UZSONNA	Tej (2) Kapros túrókrém (2) Német zsemle (1) Póréhagyma					Tej (2) Gouda sajt szelet (2) Vénusz margarin /Tipegő: Gouda sajtkrém (2)/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Vajretek					Tej (2) Csirkemell sonka /Kométa/ Vénusz margarin /Tipegő: Sonkakrém/ Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Tej (2) Akácméz Teavaj /Ammerland/ (2) Kiskifli (1),(2)					Tej (2) Szicíliai sonka /Tauris/ Vénusz margarin /Tipegő: Sonkakrém/ Hagymás kenyér (1) Fürtös paradicsom				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	220,80	6,98	0,84	10,03	28,56	287,60	13,66	4,25	12,90	27,51	233,00	9,61	1,33	12,68	26,01	297,20	12,74	0,11	7,23	39,12	242,60	9,08	1,79	11,80	26,97
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1),(2)		0,00	0,10	202,46	(1),(2)		0,00	0,42	180,00	(1),(2)		0,00	0,50	182,80	(1),(2)		0,00	0,00	182,50	(1),(2)		0,00	0,38	181,80

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

Az étrend az ételsorokként megjelölt allergéneket tartalmazza: (1) glutén, (2) tej, (3) tojás, (4) szója, (5) zeller, (6) mustár, (7) mogoró, (8) hal, (9) diófélék, (10) szeszamag, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfűt, (14) puhatestűek.

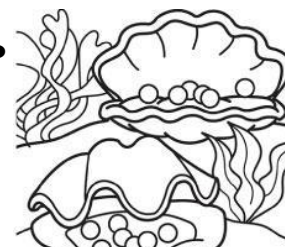
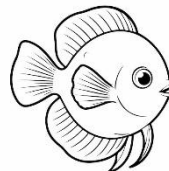
2025. Július 14. – Július 18.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

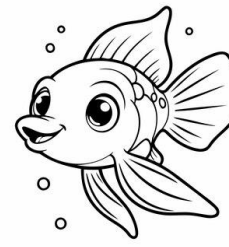
Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



29. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Tej (2) Baracklekvár Vénusz margarin Német zsemle (1)					Citromos tea Borjómájas /Pick/ (2),(4) Kiskifli (1),(2) Fürtös paradicsom					Gyümölcs tea Padlizsánkrém (3),(6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Citromos tea Házi tökmagvas pulykahúskrém (6) Német zsemle (1) Póréhagyma					Rooibos tea Tepsis bundás kenyér (1),(2),(3) /Típegő: Tojáskrém (3),(6), Búzakenyér (1)/ Tricolor paprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	230,80	7,90	1,09	7,25	31,89	176,70	6,78	2,71	4,80	21,56	212,90	8,26	1,91	4,02	28,87	227,00	9,19	2,04	6,35	27,51	283,10	13,17	2,94	13,48	26,09
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1),(2)	0,00	0,02	180,00		(1),(2),(4)	5,00	0,36	5,58		(1),(3),(6)	5,00	0,07	11,07		(1),(6)	5,00	0,05	12,45		(1),(2),(3)	5,00	0,71	158,15	
TÍZÓRAI	Limonádé					Házi málnás tejturmix (2)					Almalé 100%-os /Happy Day/					Actimel (2)					Őszibaracklé /Sió/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	142,60	3,65	0,00	4,35	21,61	69,00	0,15	0,00	0,15	16,96	76,00	1,50	0,00	2,80	12,00	51,00	0,00	0,00	0,00	11,85
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	5,00	0,00	2,52		(2)	6,00	0,00	183,55		-	0,00	0,00	0,00		(2)	0,00	0,00	120,00		-	0,00	0,00	0,00	
EBÉD	Pulyka fasírt (1),(3) Kapos tökfőzelék (1),(2) Nektarin					Tejszínes póréhagymás csirkemellcsikok (1),(2) Párolt rizs /Típegő: Főtt burgonya/ Banán					Sertésspecsenye Parajfőzelék (1),(2) Görögdinnye					Májgaluska leves (1),(3),(5) Boci szelet (1),(2),(3) /Típegő: Párolt csirkemáj, Kertészfőzelék (1),(2),(5)/ Alma					Halpogácsa (1),(3),(8) Zelleres burgonyapüré (2),(5) Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	353,50	14,56	2,80	15,35	40,22	431,40	10,68	2,10	18,89	61,44	312,50	15,73	0,00	17,60	20,21	460,20	15,22	0,00	21,08	55,44	377,10	16,77	0,03	15,60	39,03
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1),(2),(3)	0,00	1,59	95,84		(1),(2)	0,00	2,01	157,15		(1),(2)	0,00	1,47	82,52		(1),(2),(3),(5)	24,70	0,10	112,37		(1),(2),(3),(5),(8)	0,00	2,00	148,93	
UZSONNA	Rooibos tea Reszelt sajtkrém (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Nosztalgia párizsikrém /Pick/(4) Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Tej (2) Philadelphia szendvicskrém /Original/ (2) Kiskifli (1),(2) Vajretek					Tej (2) Debreceni sonka /Kaiser/ Vénusz margarin /Típegő: Sonkakrém/ Hagymás kenyér (1) Hónapos retek					Tej (2) Natúr vajkrém /Tolle/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpáradicsom				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	215,90	7,98	0,95	7,26	27,11	247,60	11,08	1,09	10,67	25,68	197,80	7,91	0,11	7,76	23,45	238,50	8,64	1,63	11,50	28,15	232,30	9,03	0,00	8,23	28,81
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1),(2)	5,00	0,17	96,58		(1),(2),(4)	0,00	0,02	184,07		(1),(2)	0,00	0,00	180,00		(1),(2)	0,00	0,48	185,94		(1),(2)	0,00	0,00	180,00	

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.

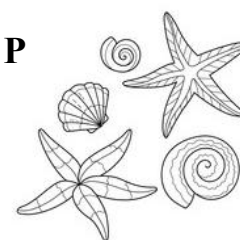
2025. Július 21. – Július 25.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



30. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Rooibos tea Tavaszi túrókrém (2) Német zsemle (1) Tricolor paprika					Gyümölcsstea Házi csicseriborsós tojáskrém (3),(6) Kiskifli (1),(2) Fürtös paradicsom					Tej (2) Teavaj /Ammerland/ (2) Kalács (1),(2),(3)					Citromos tea Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin Hagymás kenyér (1) Koktélpáradicsom					Rooibos tea Lazackrém /Rio Mare/ (6),(8) Teljes kiőrlésű bagett (1) Jégcsapretek				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	181,60	3,52	1,33	5,91	29,36	173,30	5,28	1,06	5,22	24,09	265,40	13,00	0,00	8,18	28,70	198,80	6,68	1,55	7,21	26,18	196,50	6,67	1,28	4,97	27,43
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	5,00	0,11		34,41	(1), (2), (3), (6)	5,00	0,11		10,38	(1), (2), (3)	0,80	0,35		303,30	(1), (3)	5,00	0,02		11,78	(1), (6), (8)	5,00	0,04		7,44
TÍZÓRAI	Multivitamin 100%-os /Hohes C/					Házi mangós smoothie (2)					Mentás limonádé					Házi szamócás smoothie (2)					Ananászlé 100%-os /Happy Day/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	69,00	0,30	0,00	0,75	15,90	115,20	4,20	0,00	4,62	13,88	21,70	0,00	0,00	0,02	5,10	150,00	3,55	0,00	4,20	24,41	81,00	0,15	0,00	0,60	18,45
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	0,00		0,00	0,00	(2)	0,00	0,00		200,13	-	5,00	0,00		0,63	(2)	6,00		0,00	183,55	-	0,00	0,00		0,00
EBÉD	Májpuffancs (1),(3) Salátafőzelék (1),(2) Sárgadinnye					Magyaros kiskagyló (1),(3) /Tipegő: Sertés apróhús, Sárgarépa főzelék (1),(2)/ Alma					Párolt pulykamell Céklafőzelék (1),(2) Banán					Sült sertéskaraj Paradicsomos káposztafőzelék (1) Alma					Rakott brokkoli (1),(2) /Tipegő: Párolt csirkemell, Brokkolifőzelék (1),(2)/ Görögdinnye				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	211,10	4,76	0,73	15,51	32,18	292,20	10,29	0,00	15,18	31,92	305,50	11,29	0,00	14,67	33,31	322,30	15,03	0,00	15,97	27,35	294,50	12,88	2,90	14,00	27,92
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)		0,00	1,49	98,54	(1), (3)		0,00	0,49	26,44	(1), (2)		0,00	1,47	166,20	(1)		5,00	1,48	51,75	(1), (2)		0,00	1,03	89,91
UZSONNA	Tej (2) Chocapic gabonapehely /Nestle/ (1) /Tipegő: Tejbedara kakaós szórattal (1),(2)/					Tej (2) Sertéspárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin /Tipegő: Párizsikrém (4)/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Gyümölcsstea Pannónia sajtkrém (2) Német zsemle (1) Vajretek					Tej (2) Vaníliás krémtúró /Mia/(2) Vénusz margarin Kiskifli (1),(2)					Tej (2) Pulykamell sonka /Kométa/ Vénusz margarin /Tipegő: Sonkakrém/ Búza kenyér (1) Zöldpaprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	161,80	5,22	0,00	6,26	21,69	250,10	10,81	2,00	9,62	28,13	255,80	12,30	5,84	8,38	25,94	342,70	12,24	1,06	14,42	43,33	233,60	8,11	1,09	13,28	26,21
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		0,00	0,00	180,00	(1), (2), (4)		0,00	0,02	184,07	(1), (2)		5,00	0,19	3,78	(1), (2)		0,00	0,17	180,00	(1), (2)		0,00	0,02	182,80

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

Az étrend az ételsorokként 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.