

2025. Június 30. – Július 04.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

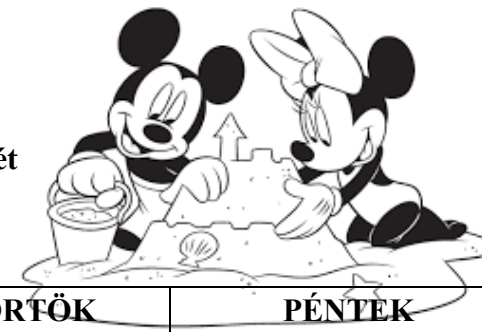
Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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/ Búza kenyér (1) Ketchup /Heinz/ (5) Póréhagyma					Rooibos tea Házi növényi sajtkrém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Rizsital /Alpro/ Házi tökmagvas sertéshúskrém (6) Hagymás kenyér (1) Koktélpáradicsom					Citromos tea Borjómájás /Nádudvar/ (4) Búza kenyér (1) Tricolor paprika					Rizsital /Alpro/ Áfonyalekvár Vénusz margarin Német zsemle (1)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	233,80	8,61	3,42	10,04	27,01	214,00	7,89	0,95	3,49	30,50	329,70	11,61	2,50	7,52	48,06	154,00	2,89	0,14	5,78	24,38	293,20	5,87	1,09	3,11	56,24
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (5)	5,00	0,98	7,74		(1)	5,00	0,02	6,58		(1), (6)	0,00	0,05	244,73		(1), (4)	5,00	0,18	3,78		(1)	0,00	0,02	240,00	
TÍZÓRAI	Körtel /Sió/					Banános smoothie rizstejjel					Limonádé					Trópusi rizstejtermix					Eperlé /Happy Day/				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	58,50	0,00	0,00	0,00	13,50	123,70	1,05	0,00	0,18	27,68	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	126,50	1,58	0,00	0,27	27,95	72,00	16,50	0,00	0,00	0,00
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	0,00	0,00	0,00		-	7,00	0,00	153,55		-	5,00	0,00	2,52		-	0,00	0,00	180,00		-	0,00	0,00	0,00	
EBÉD	Panírozott tökehalfilé (1),(8) Burgonyapüré rizstejjel Nektarin					Húsgombóc (1) /Tojásmentes/ Karlábé főzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma					Reszelt sajt /Violife/ Finomfőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Görögdinnye					Csirkepaprikás rizstejjel (1) Orsó tészta /Durum/ (1) Banán					Pulykavagdalt (1) /Tojásmentes/ Kelkáposztafőzelék (1) Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	373,20	14,61	1,49	11,74	48,75	350,30	5,51	0,00	19,73	52,94	272,60	5,59	0,00	6,65	48,29	367,30	7,37	0,00	18,59	53,74	329,40	14,47	0,00	15,16	32,38
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (8)	0,00	1,72	43,35		(1)	0,00	1,47	265,60		(1)	0,00	0,98	176,62		(1)	0,00	1,97	90,83		(1)	0,00	1,57	67,40	
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Nesquik kakaós gabonapehely /Nestle/ (1)					Gyümölcsstea Sonkakrém /Efef/ Búza kenyér (1) Jégcsapretek					Rizsital /Alpro/ Borjúpárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Rooibos tea Tökealmájkrém (6),(8) Búza kenyér (1) Vajretek				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	311,80	9,98	0,95	3,50	50,72	203,80	3,12	0,00	2,12	41,24	176,00	4,19	1,33	8,22	24,54	308,00	10,36	2,67	5,88	47,57	245,60	13,24	2,59	5,50	24,10
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	0,02	241,80		(1)	0,00	0,00	240,00		(1)	5,00	0,38	7,44		(1), (4)	0,00	0,46	244,07		(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) csillagfűt, (14) puhatestűek.

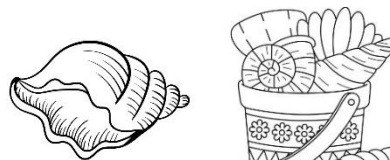
2025. Július 07. – Július 11.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES 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 Sonkakrém /Efef/ Búzakenyér (1) Kígyóborka					Gyümölcstea Sárgarépas lencsekrém (6) Búzakenyér (1) Tricolor paprika					Citromos tea Házi csirkemájkrém (6) Német zsemle (1) Koktélpáradicsom					Rooibos tea Tonhalkrém /Rio Mare/ (6),(8) Teljes kiőrlésű bagett (1) Hónapos retek					Gyümölcstea Növényi sajt krém /Violife/ Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	175,40	4,18	1,33	8,23	24,37	158,00	0,74	0,14	5,87	28,22	183,60	4,33	1,09	6,16	27,98	188,60	5,91	0,95	4,85	27,13	207,00	7,40	1,09	4,71	28,42
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		5,00	0,38	7,85	(1), (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)		5,00	0,02	6,58
TÍZÓRAI	Mentás limonádé					Gyümölcsös rizstejturmix					Narancslé 100%-os /Hohes C/					Barackos smoothie rizstejjel					Szőlőlé /Sió/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	21,70	0,00	0,00	0,02	5,10	77,00	1,05	0,00	0,36	16,45	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	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)	-		5,00	0,00	0,63	-		0,00	0,00	122,48	-		0,00	0,00	0,00	-		2,00	0,01	180,00	-		0,00	0,00	0,00
EBÉD	Párolt pulykamell Cukkínifőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma					Csöbenschült karfiol rizstejjel /Alpro/ (1) Görögdinnye					Gulyásleves (1),(5) Rizstejbedara kakaós szórattal /Holland/					Párolt pulykamell Zöldborsófőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Banán					Sertéssült Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Sárgadinnye				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	248,10	10,94	0,00	14,64	31,35	245,40	8,84	1,90	16,39	24,07	323,50	10,14	0,00	13,03	42,21	335,60	10,90	0,00	18,03	34,59	388,60	15,28	0,00	17,61	42,01
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		0,00	1,97	111,70	(1)		0,00	1,01	109,42	(1), (5)		5,00	0,49	139,29	(1)		0,00	1,47	185,45	(1)		5,00	1,98	25,62
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Borjómájas /Nádudvar/ (4) Német zsemle (1) Póréhagyma					Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Vajretek					Rizsital /Alpro/ Csirkemell sonka /Kométa/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Rizsital /Alpro/ Akácméz Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rizsital /Alpro/ Szicíliai sonka /Tauris/ Vénusz margarin Hagymás kenyér (1) Fürtös paradicsom				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	256,20	5,13	0,14	4,54	47,56	309,50	9,96	0,95	3,66	50,82	275,00	7,51	1,33	8,54	45,56	310,20	5,66	1,09	4,74	60,96	284,60	6,98	1,79	7,66	46,52
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)		0,00	0,18	243,96	(1)		0,00	0,02	240,00	(1)		0,00	0,50	242,80	(1)		0,00	0,02	240,00	(1)		0,00	0,38	241,80

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.

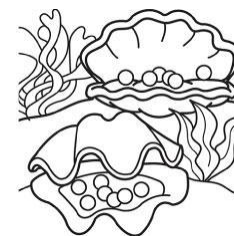
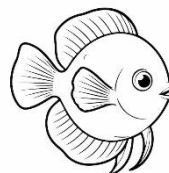
2025. Július 14. – Július 18.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

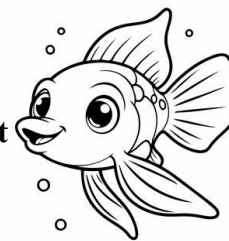
Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



29. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Rizsital /Alpro/ Baracklekvár Vénusz margarin Német zsemle (1)					Citromos tea Borjómájás /Nádudvar/ (4) Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Gyümölcsstea Padlizsánkrém (6) /Tojásmentes/ Teljes kiörlésű bagett (1) Zöldpaprika					Citromos tea Házi tökmagvas pulykahúskrém (6) Német zsemle (1) Póréhagyma					Rooibos tea Növényi sajt krém /Violife/ Búzakenyér (1) Tricolor paprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	272,80	5,80	1,09	3,11	51,44	154,60	2,90	0,14	5,65	23,71	180,00	4,65	0,95	3,99	28,75	227,00	9,19	2,04	6,35	27,51	205,00	7,39	1,09	4,58	28,09
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	0,02	240,00		(1), (4)	5,00	0,18	5,58		(1)	5,00	0,02	15,97		(1),(6)	5,00	0,05	12,45		(1)	5,00	0,02	3,78	
TÍZÓRAI	Limonádé					Házi málnás rizstejturmix					Almalé 100%-os /Happy Day/					Gyümölcsös rizstejturmix					Őszibaracklé /Sió/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	151,40	1,46	0,00	0,83	32,36	69,00	0,15	0,00	0,15	16,96	108,50	1,58	0,00	0,45	23,10	51,00	0,00	0,00	0,00	11,85
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	5,00	0,00	2,52		-	6,00	0,00	183,55		-	0,00	0,00	0,00		-	0,00	0,00	182,48		-	0,00	0,00	0,00	
EBÉD	Pulyka fasírt (1) /Tojásmentes/ Kapros tökfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Nektarin					Póréhagymás csirkemellcsíkok rizstejjel (1) Párolt rizs Banán					Sertéspecsenye Parajfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Görögdinnye					Májgaluska leves /Tojásmentes/ (1),(5) Gyümölcsös rizstejberizs Alma					Halpogácsa (1),(8) /Tojásmentes/ Zelleres burgonyapüré rizstejjel (5) Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	329,10	10,29	0,00	14,02	45,16	413,70	8,00	0,00	17,93	64,02	339,60	15,33	0,00	16,21	29,43	441,70	5,44	0,00	15,06	80,27	356,60	12,47	1,93	15,41	43,35
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	2,06	105,04		(1)	0,00	1,97	193,15		(1)	0,00	1,47	142,98		(1), (5)	5,00	0,20	250,28		(1), (5), (8)	0,00	2,00	148,43	
UZSONNA	Rooibos tea Növényi sajt krém /Violife/ Teljes kiörlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Rizsital /Alpro/ Nosztalgia párizsikrém /Pick/(4) Búzakenyér (1) Kígyóborka					Rizsital /Alpro/ Tonhalkrém /Rio Mare/ (6),(8) Búzakenyér (1) Vajretek					Rizsital /Alpro/ Debreceni sonka /Kaiser/ Vénusz margarin Hagymás kenyér (1) Hónapos retek					Rizsital /Alpro/ Sonkakrém /Efef/ Teljes kiörlésű bagett (1) Koktélparadicsom				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	215,00	7,88	0,95	3,51	30,74	289,60	8,98	1,09	6,53	45,23	278,40	7,53	1,09	6,27	45,57	280,50	6,54	1,63	7,36	47,70	282,60	6,78	1,19	7,28	47,84
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,02	6,58		(1), (4)	0,00	0,02	244,07		(1), (6), (8)	0,00	0,24	241,37		(1)	0,00	0,48	245,94		(1)	0,00	0,38	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.

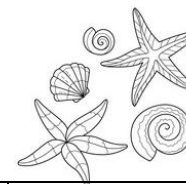
2025. Július 21. – Július 25.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

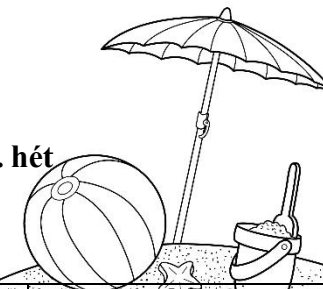
Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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 Növényi sajt krém <i>/Violife/</i> Német zsemle <i>(1)</i> Tricolor paprika					Gyümölcs tea Házi csicseriborsós krém <i>(3),(6)</i> Búzakenyér <i>(1)</i> Fürtös paradicsom					Rizsital <i>/Alpro/</i> Baracklevár Vénusz margarin Búzakenyér <i>(1)</i>					Citromos tea Sonka szelet <i>/Efef/</i> Vénusz margarin Hagymás kenyér <i>(1)</i> Koktélparadicsom					Rooibos tea Lazackrém <i>/Rio Mare/ (6),(8)</i> Teljes kiőrlésű bagett <i>(1)</i> Jégcsapretek				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	208,00	7,52	1,09	2,95	30,21	160,70	0,89	0,14	5,38	28,18	280,00	5,68	1,09	4,77	51,72	186,40	4,88	1,79	7,59	26,26	196,50	6,67	1,28	4,97	27,43
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,02	3,78		(1), (6)	5,00	0,52	9,46		(1)	0,00	0,02	240,00		(1)	5,00	0,38	3,78		(1), (6), (8)	5,00	0,04	7,44	
TÍZÓRAI	Multivitamin 100%-os <i>/Hohes C/</i>					Házi mangós risztejtermix					Mentás limonádé					Házi szamócás smoothie rizstejjel					Ananászlé 100%-os <i>/Happy Day/</i>				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	69,00	0,30	0,00	0,75	15,90	125,70	1,58	0,00	0,39	26,78	21,70	0,00	0,00	0,02	5,10	153,40	1,36	0,00	0,63	33,71	81,00	0,15	0,00	0,60	18,45
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	0,00	0,00	0,00		-	0,00	0,00	200,13		-	5,00	0,00	0,63		-	6,00	0,00	183,55		-	0,00	0,00	0,00	
EBÉD	Májpuffancs <i>(1)</i> <i>/Tojásmentes/</i> Salátafőzelék <i>(1)</i> <i>/Burgonyával sűrítve/</i> Sárgadinnye					Magyaros kiskagyló durum tésztával <i>(1)</i> Alma					Párolt pulykamell Céklafőzelék <i>(1)</i> <i>/Burgonyával sűrítve/</i> Banán					Sült sertéskaraj Paradicsomos káposztafőzelék <i>(1)</i> Alma					Rakott brokkoli rizstejjel <i>(1)</i> Görögdinnye				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	234,80	3,80	0,03	18,09	45,79	351,80	10,63	0,00	17,00	44,86	309,00	10,42	0,00	13,26	37,61	322,30	15,03	0,00	15,97	27,35	235,50	7,60	0,10	16,07	23,29
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	1,47	176,07		(1)	0,00	1,47	19,24		(1)	0,00	1,47	166,20		(1)	5,00	1,48	51,75		(1)	0,00	1,01	96,94	
UZSONNA	Rizsital <i>/Alpro/</i> Chocapic gabonapehely <i>/Nestle/ (1)</i>					Rizsital <i>/Alpro/</i> Sertéspárizsi <i>/Pick/ (4)</i> Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett <i>(1)</i> Kígyóborka					Gyümölcs tea Növényi sajt krém <i>/Violife/</i> Német zsemle <i>(1)</i> Vajretek					Rizsital <i>/Alpro/</i> Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér <i>(1)</i>					Rizsital <i>/Alpro/</i> Pulykamell sonka <i>/Kométa/</i> Vénusz margarin Búzakenyér <i>(1)</i> Zöldpaprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	203,80	3,12	0,00	2,12	41,24	292,10	8,71	2,00	5,48	47,68	206,20	7,50	1,09	2,98	29,64	265,90	5,66	1,09	4,68	48,57	275,60	6,01	1,09	9,14	45,76
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	0,00	240,00		(1), (4)	0,00	0,02	244,07		(1)	5,00	0,02	3,78		(1)	3,50	0,02	240,00		(1)	0,00	0,02	242,80	

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.