

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				
REGGELI	Gyümölcsstea Sonkakrém /Efef/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Hónapos retek					Rooibos tea Házi lencses csirkehúskrém (6) Német zsemle (1) Tricolor paprika					Citromos tea Sült sonkakrém /Kométa/ Francia bagett (1) Vajretek					Rooibos tea Padlizsánkrém (3),(6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					Gyümölcsstea Akácméz Vénusz margarin Német zsemle (1)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	182,50	4,66	1,19	7,04	26,46	215,20	6,91	1,09	7,38	28,28	183,00	4,03	1,24	6,75	27,94	210,30	8,23	1,91	3,96	28,37	215,00	3,69	1,09	2,86	42,10
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,38	9,72		(1), (6)	5,00	0,04	7,38		(1)	5,00	0,29	3,78		(1),(3),(6)	5,00	0,07	11,87		(1)	5,00	0,02	3,78	
TÍZÓRAI	Körtelék /Happy Day/					Banános smoothie rizstejjel					Narancslé 100%-os /Hohes C/					Házi mangós smoothie rizstejjel					Őszibaracklé /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	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		-	7,00	0,00	153,55		-	0,00	0,00	0,00		-	0,00	0,00	200,13		-	0,00	0,00	0,00	
EBÉD	Panírozott tőkehalfilé (1),(8) Burgonyapüré /Alpro Rizsital/ Alma					Főtt tojás (3) Parajfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Sárgadinnye					Csirkebecsináltleves (1),(5) /Alpro Rizsital/ Házi epres risztejberizs					Sertés aprópecsenye Cukkínifőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Banán					Csőbensült brokkoli (1),(3) /Alpro Rizsital/ Görögdinnye				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	347,20	14,25	1,49	10,80	42,18	275,10	11,26	0,00	12,20	28,71	444,70	6,68	0,00	16,85	76,51	293,80	11,01	0,00	16,54	39,34	241,40	8,49	1,48	16,41	22,92
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (8)	0,00	1,72	47,81		(1), (3)	0,00	0,98	138,53		(1), (5)	5,00	0,59	299,41		(1)	0,00	1,47	171,29		(1),(3)	0,00	1,05	47,48	
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Házi növényi sajtkrém /Violife/ Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Borjúpárizsikrém /Pick/ (4) Hagymás kenyér (1) Kígyóuborka					Rizsital /Alpro/ Házi tökmagvas csirkemájkrém (6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Póréhagyma					Rizsital /Alpro/ Házi növényi sajtkrém /Violife/ Búzakenyér (1) Koktélpáradicsom					Rizsital /Alpro/ Kemencés sült sonka /Kométa/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Zöldpaprika				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	303,80	9,50	1,09	4,70	48,40	308,80	10,56	3,27	6,44	46,68	287,30	6,78	0,95	6,93	49,19	303,80	9,50	1,09	4,88	49,12	274,00	6,32	1,33	8,52	45,32
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	0,02	241,80		(1), (4)	0,00	0,46	243,60		(1), (6)	0,00	1,02	271,31		(1)	0,00	0,02	240,00		(1)	0,00	0,38	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) szeszamag, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfűt, (14) puhatestűek.

2025. Június 09. – Június 13.

TEJFEHÉRJEMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



24. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	 <i>Pünkösdi Hétfő</i>	Rizsital /Alpro/ Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)	Rooibos tea Tonhalkrém /Rio Mare/ (6),(8) Teljes kiőrlésű bagett (1) Hónapos retek	Citromos tea Főtt virsli /Sága/ Búzakenyér (1) Ketchup /Heinz/ (5) Póréhagyma	Gyümölcstea Tepsis bundás kenyér rizstejjel és növényi sajttal (1),(3) Kaliforniai paprika
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		265,90 5,66 1,09 4,68 48,57	224,30 9,43 1,62 6,44 26,73	229,00 8,61 3,42 9,93 26,79	176,00 3,98 0,14 8,11 25,44
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(1) 3,50 0,02 240,00	(1),(6),(8) 5,00 0,16 11,09	(1), (5) 5,00 0,98 5,36	(1), (3) 5,00 0,49 14,95
TÍZÓRAI		Ananászlé 100%-os /Happy Day/	Házi trópusi smoothie rizstejjel	Limonádé	Házi gyümölcsös rizstejturmix
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		81,00 0,15 0,00 0,60 18,45	126,50 1,58 0,00 0,27 27,95	25,40 0,00 0,00 0,07 5,41	77,00 1,05 0,00 0,36 16,45
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		- 0,00 0,00 0,00	- 0,00 0,00 180,00	- 5,00 0,00 2,52	- 0,00 0,00 122,48
EBÉD		Párolt csirkecomb Kínai fűzelék (1) Alma	Reszelt növényi sajt /Violife/ Finomfűzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Banán	Bolognai rövidcső (1),(3) /Növényi sajttal/ Nektarin	Lecsós sertéskaraj bulgurral Görögdinnye
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		181,60 7,28 0,00 4,27 23,02	316,70 5,50 0,00 6,38 58,33	384,40 10,31 36,45 18,00 17,56	164,80 9,14 0,00 11,34 6,95
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(1) 0,00 1,47 14,67	(1) 0,00 0,98 231,34	(1), (3) 0,00 0,50 32,99	- 0,00 0,49 27,35
UZSONNA		Gyümölcstea Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Tricolor paprika	Rizsital /Alpro/ Sonkakrém /Efef/ Búzakenyér (1) Koktélpáradicsom	Rizsital /Alpro/ Kukoricapehely /Corn Flakes (1)/	Rizsital /Alpro/ Sertéspárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		205,00 7,39 1,09 4,58 28,09	274,60 6,30 1,33 8,48 45,52	202,20 2,38 0,00 1,90 43,12	290,90 8,71 2,00 5,48 47,39
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(1) 5,00 0,02 3,78	(1) 0,00 0,38 240,00	(1) 0,00 0,00 240,00	(1), (4) 0,00 0,02 243,60

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

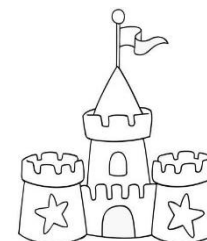
2025. Június 16. – Június 20.

TEJFEHÉRJEMENTES ÉTLAP

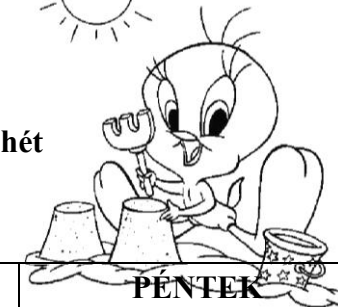
Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



25. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Gyümölcs tea Áfonyalekvár Vénusz maragrín Német zsemle (1)					Rooibos tea Lazackrém /Rio Mare/ (6),(8) Teljes kiőrlésű bagett (1) Hónapos retek					Citromos tea Házi kapros növényi sajtkrém /Violife/ Búza kenyér (1) Koktélpáradicsom					Rooibos tea Házi pulykahúskrém (6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Póréhagyma					Gyümölcs tea Cini-minis gabonapehely (1)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	195,00	3,77	1,09	2,86	35,26	195,00	6,66	1,28	5,00	27,03	205,60	7,40	1,09	4,63	28,14	195,10	5,56	0,95	6,76	27,60	153,80	3,09	0,33	1,94	27,64
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,02	3,78		(1), (6), (8)	5,00	0,04	9,72		(1)	5,00	0,02	3,78		(1), (6)	5,00	0,14	12,39		(1)	12,47	0,00	3,78	
TÍZÓRAI	Multivitamin 100%-os /Happy Day/					Házi szamócás smoothie rizstejjel					Szőlőlé /Sió/					Házi barackos rizstejturmix					Almalé 100%-os /Happy Day/				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	153,40	1,36	0,00	0,63	33,71	61,50	0,75	0,00	0,00	14,85	129,70	1,59	0,00	0,50	29,23	69,00	0,15	0,00	0,15	16,95
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	Vagdalt szelet (1),(3) Kapos tökfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Alma					Pulyka aprópecsenye Mexikói főzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Sárgadinnye					Tárkonyos raguleves rizstejjel (1),(5) Meggyes rizstejberizs (12)					Főtt tojás (3) Sóskamártás (1) /Alpro Rizsital/ Főtt burgonya Őszibarack					Rakott karfiol rizstejjel (1) Görögdinnye				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	303,80	9,63	0,03	13,49	38,97	287,30	10,79	0,00	12,97	30,47	442,70	7,43	0,00	16,59	74,75	320,10	7,21	0,00	13,16	50,35	266,70	9,98	0,00	14,75	27,26
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (3)	0,00	1,08	111,49		(1)	0,00	0,98	70,40		(1), (5), (12)	5,00	1,08	251,95		(1), (3)	5,00	1,08	163,38		(1)	0,00	0,98	88,41	
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Sonka szelet /Kométa/ Vénusz margarin Hagymás kenyér (1) Kígyóuborka					Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Búza kenyér (1) Zöldpaprika					Rizsital /Alpro/ Debreceni sonkakrém /Kaiser/ Búza kenyér (1) Tricolor paprika					Rizsital /Alpro/ Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin Német zsemle (1) Kígyóuborka					Rizsital /Alpro/ Borjómájás /Nádudvar/ (4) Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	282,40	6,96	1,79	7,84	46,78	303,20	9,52	1,09	4,92	48,92	271,90	5,87	1,17	7,93	46,33	287,80	8,21	1,09	6,47	47,10	260,80	5,48	0,00	4,70	47,01
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	0,38	243,60		(1)	0,00	0,02	242,80		(1)	0,00	0,48	240,00		(1), (3)	0,00	0,02	251,60		(1), (4)	0,00	0,18	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) szeszamag, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfűt, (14) puhatestűek.

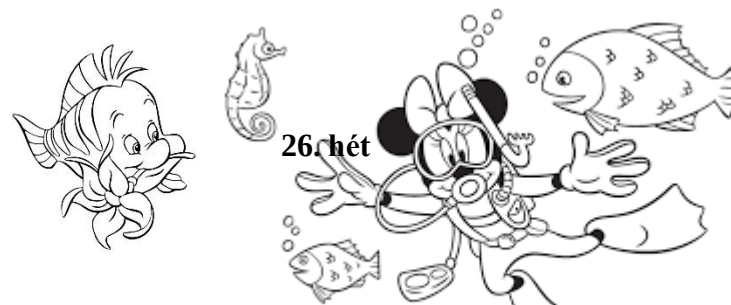
2025. Június 23. – Június 27.

TEJFEHÉRJEMENTES ÉTLAP

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				
REGGELI	Gyümölcsstea Fokhagymás sajtkrém /Violife/ Német zsemle (1) Fürtös paradicsom					Gyümölcsstea Házi csicseriborsós tojáskrém (3),(6) Búzakenyér (1) Hónapos retek					Rooibos tea Sült paprikakrém Hagymás kenyér (1) Póréhagyma					Citromos tea Növényi sajtkrém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpáradicsom					Rooibos tea Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	208,60	7,53	1,09	2,82	29,54	190,10	5,28	1,09	7,46	26,75	150,10	1,33	0,60	4,53	28,16	213,60	7,88	0,95	3,43	30,46	167,70	3,56	1,09	4,43	27,59
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,02		5,58	(1), (3)		5,00	0,11	14,52	(1)		5,00	0,20	13,39	(1)	5,00	0,02		3,78	(1)	8,50	0,02		3,78
TÍZÓRAI	Piros multivitamin 100%-os /Happy Day/					Házi gyümölcsös rizstejturmix					Limonádé					Házi málnás smoothie rizstejjel					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	25,40	0,00	0,00	0,70	5,41	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	-	5,00	0,00		2,52	-	1,00	0,00		180,00	-	0,00	0,00		0,00
EBÉD	Sült sertéskaraj Paradicsomos káposztafőzelék (1) Alma					Grill csirkecomb filé Salátafőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Görögdinnye					Tonhalas penne növényi sajttal (1),(3),(8) Banán					Pulyka apróhús Cékla főzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Sárgadinnye					Zöldborsós csirkemájrizottó reszelt növényi sajttal (1) Nektarin				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	322,30	15,03	0,00	15,97	27,35	185,70	6,73	0,00	8,75	35,67	484,20	23,35	2,71	14,39	50,12	265,50	10,53	0,00	13,54	27,79	345,50	8,09	0,00	20,01	45,21
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00		1,48	51,75	(1)		0,00		1,47	155,79	(1), (3), (8)		0,00	1,32	71,58	(1)		0,00	0,98	100,35	-	0,00	0,98	62,43
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Pulykamell sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Rizsital /Alpro/ Áfonyalekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rizsital /Alpro/ Nosztalgia párizsikrém /Pick/(4) Német zsemle (1) Kígyóborka					Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika					Rizsital /Alpro/ Tőkehal májkrém (6),(8) Francia bagett (1) Vajretek				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	282,60	6,50	0,95	7,92	47,84	290,20	5,74	1,09	4,74	54,12	291,40	9,11	1,09	4,90	47,05	305,20	9,50	1,09	4,96	49,40	357,90	15,34	2,56	5,20	49,14
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		0,00	0,02	242,80	(1)		0,00	0,02	240,00	(1), (4)		0,00	0,02	243,60	(1)		0,00	0,02	242,80	(1), (8)		0,00	0,14	241,37

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.