

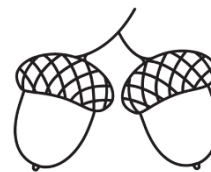
2025. Szeptember 15. – Szeptember 19.

SERTÉSHÚSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



38. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Rooibos tea Áfonyalekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzákenyér (1)					Gyümölcstea Házi csicseriborsókrém (6) Kiskifli (1),(2) Koktélparadicsom					Citromos tea Házi csirkemájkrém (6) Német zsemle (1) Póréhagyma					Gyümölcstea Kapros túrókrém (2) Búzákenyér (1) Tricolor paprika					Rooibos tea Natúr vajkrém /Tolle/ (2) Hagymás kenyér (1) Kígyóuborka				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	192,00	3,64	1,09	4,49	33,14	142,00	0,87	0,11	3,52	26,55	184,00	4,33	1,09	6,25	28,01	160,60	2,64	0,84	7,13	24,93	175,30	5,01	0,60	4,34	26,24
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,02	3,78		(1), (2), (6)	5,00	0,52	7,66		(1), (6)	5,00	1,02	35,09		(1), (2)	5,00	0,10	22,28		(1), (2)	5,00	0,00	6,48	
TÍZÓRAI	Kajsziaracklé /Sió/					Actimel (2)					Narancslé 100%-os /Hohes C/					Házi barackos smoothie (2)					Szőlőlé /Sió/				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	79,50	0,75	0,00	0,75	18,60	76,00	1,50	0,00	2,80	12,00	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	73,30	3,01	1,80	3,34	8,17	61,50	0,75	0,00	0,00	14,85
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	0,00	0,00	0,00		(2)	0,00	0,00	120,00		-	0,00	0,00	0,00		(2)	1,00	0,11	0,00		-	0,00	0,00	0,00	
EBÉD	Rakott halas hercegnő burgonya (1),(2),(8) Körte					Pulyka apróhús Brokkolifőzelék (1),(2) Alma					Bolognai rövidcső (1),(2),(3) /Csirkemell/ Banán					Csirkepecsenye Kelkáposztafőzelék (1) Szilva					Sült pulykamell Sütlőtfőzelék (1),(2) Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	341,60	16,83	0,00	12,64	34,00	268,40	11,95	0,82	16,03	20,58	439,40	12,38	36,45	23,39	18,87	274,20	8,81	0,00	17,82	28,14	336,20	12,93	0,70	15,52	36,95
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2), (8)	0,00	1,04	91,35		(1), (2)	0,00	1,52	63,51		(1), (2), (3)	0,00	0,70	210,21		(1)	0,00	0,98	50,12		(1), (2)	0,00	1,98	77,06	
UZSONNA	Tej (2) Pulykamell sonka /Efef/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Kígyóuborka					Tej (2) Reszelt sajtkrém (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Tej (2) Selyemsonka /Sága/ (2) Vénusz margarin Hagymás kenyér (1) Fürtös paradicsom					Tej (2) Csurgatott méz Vénusz margarin Kiskifli (1),(2)					Tej (2) Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	236,80	8,90	1,09	10,34	28,10	268,10	12,17	0,95	11,49	27,76	246,60	9,48	1,55	11,20	27,53	205,30	7,74	1,06	6,77	26,68	254,40	10,68	0,95	11,12	28,49
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,56	182,70		(1), (2)	0,00	0,17	271,40		(1), (2)	0,00	0,56	181,80		(1), (2)	3,50	0,02	180,00		(1), (2), (3)	0,00	0,02	190,80	

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) csillagfürt, (14) puhatestűek.

2025. Szeptember 22. – Szeptember 26.

SERTÉSHÚSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



39. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Kakaó /Holland/ (2) Teavaj /Ammerland/ (2) Kalács (1),(2),(3)					Rooibos tea Lazackrém /Rio Mare/ (6),(8) Teljes kiörlésű bagett (1) Kígyóuborka					Citromos tea Snidlinges tojáskrém (3),(6) Búzákenyér (1) Tricolor paprika					Gyümölcstea Házi tökmagvas csirkehúskrém (6) Teljes kiörlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Rooibos tea Fokhagymás vajkrém /Tolle/ (2) Német zsemle (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	313,90	14,40	0,00	9,68	36,05	194,10	6,66	1,28	4,93	26,88	175,00	5,03	1,09	6,51	24,36	222,30	8,27	1,90	7,15	26,98	155,40	3,28	0,14	3,23	26,43
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	5,80	0,35	263,30		(1), (6), (8)	5,00	0,04	6,48		(1), (3), (6)	5,00	0,11	8,58		(1), (6)	5,00	0,05	9,12		(1), (2)	5,00	0,00	6,48	
TÍZÓRAI	Multivitamin 100%-os /Happy Day/					Házi szamócás smoothie (2)					Körtelé /Sió/					Házi banános tejturmix (2)					Almalé 100%-os /Happy Day/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	69,00	0,30	0,00	0,75	15,90	140,50	3,55	0,00	4,15	21,96	58,50	0,00	0,00	0,00	13,50	116,00	4,20	0,00	4,50	14,43	69,00	0,15	0,00	0,15	16,95
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	0,00	0,00	0,00		(2)	5,00	0,00	183,55		-	0,00	0,00	0,00		(2)	0,00	0,00	213,55		-	0,00	0,00	0,00	
EBÉD	Sült pulykamell Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Szilva					Pulykaraguleves (1),(2),(5) Túrós-barackos kevert sütemény (1),(2),(3)					Csőbensült karfiol csirkemellel (1),(2),(3) Banán					Reszelt sajt (2) Finomfőzelék (1),(2) Körte					Májpuffancs (1),(3) /Csirkemáj/ Kínai fűzelék (1) Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	395,10	15,04	0,00	15,36	45,41	551,00	24,63	7,00	20,77	58,61	361,20	15,96	1,40	22,25	29,98	272,80	9,15	0,00	13,58	32,84	248,70	7,71	0,03	13,73	29,69
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	1,98	36,65		(1), (2), (3), (5)	27,50	1,04	130,71		(1), (2), (3)	0,00	1,16	257,54		(1), (2)	0,00	0,79	230,02		(1), (3)	0,00	0,98	36,64	
UZSONNA	Tej (2) Gabonapehely (1) /Nestlé Chocapic/					Tej (2) Csirkemell sonkakrém /Efef/ Búzákenyér (1) Koktélpáradicsom					Tej (2) Mozzarella sajt szelet (2) Vénusz margarin Teljes kiörlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Tej (2) Selyemsonka /Sága/ (2) Vénusz margarin Hagymás kenyér (1) Zöldpaprika					Tej (2) Vaníliás krémtúró /Mia/ (2) Vénusz margarin Kiskifli (1),(2)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	161,80	5,22	0,00	6,26	21,69	227,80	8,22	1,09	11,87	25,91	280,00	12,68	3,81	12,64	27,57	244,00	9,47	1,55	11,30	27,75	342,70	12,24	1,06	14,42	43,33
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,00	180,00		(1), (2), (4)	0,00	0,35	180,00		(1), (2)	0,00	0,32	181,80		(1), (2)	0,00	0,56	181,40		(1), (2)	0,00	0,17	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.

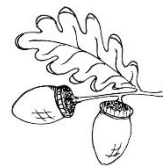
2025. Szeptember 29. – Október 03.

SERTÉSHÚSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Rooibos tea Tőkehalmájkrém (6),(8) Búza kenyér (1) Póréhagyma					Citromos tea Körözött (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Tricolor paprika					Rooibos tea Padlizsánkrém (3),(6) Búza kenyér (1) Koktélparadicsom					Gyümölcstea Zöldfűszeres vajkrém /Tolle/ (2) Francia bagett (1) Zöldpaprika					Tej (2) Cini-minis gabonapehely (1)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	224,80	10,21	2,06	6,04	25,24	195,00	5,18	1,40	7,02	27,97	204,50	7,77	2,05	5,16	26,51	179,80	4,46	0,11	4,49	28,58	210,00	7,29	0,33	6,33	29,07
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (6), (8)	5,00	0,20	9,11		(1), (2)	5,00	0,11	50,15		(1), (3), (6)	5,00	0,07	8,27		(1), (2)	5,00	0,00	5,18		(1), (2)	7,47	0,00		180,00
TÍZÓRAI	Gyümölcslé /Happy Day Immun Active/					Házi málnás tejturmix (2)					Ananászlé /Happy Day 100%/					Actimel (2)					Őszibaracklé /Sió/				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	79,50	0,75	0,00	0,75	18,00	100,00	4,35	0,00	5,10	9,40	81,00	0,15	0,00	0,60	18,45	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)	-	0,00	0,00	0,00		(2)	0,00	0,00	180,00		-	0,00	0,00	0,00		(2)	0,00	0,00	120,00		-	0,00	0,00		0,00
EBÉD	Párolt pulykamell Gyümölcscsosz (1),(2),(12) Pirított dara (1) Sajt szelet (2)					Tojás puffancs (1),(2),(3) Royalfőzelék (1),(2) /Vegyes zöldségkeverék/ Alma					Kelbimbós tejszínes csirkepecsenye (2) Copfocskaszerű tészta (1),(3) Banán					Halpogácsa (1),(3),(8) Zellerfőzelék (2),(5) Körte					Pulyka apróhús Céklafőzelék (1),(2) Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	481,20	17,43	1,40	18,81	59,19	266,40	10,54	0,18	13,30	28,74	410,40	10,15	2,10	21,85	55,32	330,60	9,56	1,78	16,82	42,51	265,70	11,27	0,00	14,77	24,18
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (12)	16,00	1,16	178,34		(1), (2), (3)	0,00	1,11	135,86		(1), (2), (3)	0,00	2,01	122,00		(1),(2),(3),(5),(8)	0	1,99	77,96		(1), (2)	0,00		0,98	104,81
UZSONNA	Tej (2) Csirkemell sonka /Efe/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Ementáli szelet /Pannónia/ (2) Vénusz margarin Búza kenyér (1) Kígyó uborka					Vaníliás tej (2) Szamócalekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Német zsemle (1)					Tej (2) Selyemsonka /Sága/ (2) Vénusz margarin Hagymás kenyér (1) Fürtös paradicsom					Rooibos tea Kockasajt /Medve/ (2) Búza kenyér (1) Vajretek				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	246,00	9,28	0,95	10,90	29,13	281,60	13,38	4,89	14,37	25,33	251,20	7,91	1,09	7,25	36,89	246,60	9,48	1,55	11,20	27,53	175,60	4,57	2,74	7,01	24,64
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,56	182,80		(1), (2)	0,00	0,17	182,70		(1), (2)	5,00	0,02	180,00		(1), (2)	0,00	0,56	181,80		(1), (2)	5,00	0,40		87,78

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

2025. Október 06. – Október 10.

SERTÉSHÚSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

41. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Rooibos tea Snidlinges túrókrém (2) Kiskifli (1),(2) Fürtös paradicsom					Gyümölcstea Sült paprikakrém Hagymás kenyér (1) Póréhagyma					Rooibos tea Tepsis bundás kenyér (1),(2),(3) Koktélpáradicsom					Citromos tea Magyaros vajkrém /Tolle/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Tricolor paprika					Gyümölcstea Sárgarépa lencsekrém (6) Búza kenyér (1) Kígyóborka				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	139,30	1,93	0,29	5,21	22,38	150,10	1,33	0,60	4,53	28,16	283,70	13,18	2,94	13,53	26,14	176,00	4,82	0,00	3,80	27,48	155,70	0,73	0,14	5,87	27,73
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	5,00	0,11	18,95		(1)	5,00	0,20	13,39		(1), (2), (3)	5,00	0,71	158,15		(1), (2)	5,00	0,00	3,78		(1), (6)	5,00	0,52	13,17	
TÍZÓRAI	Házi őszibarackos tejtermék (2)					Gyümölcslé /Happy Day Immun Power/					Trópusi smoothie (2)					Gyümölcslé /Hohes C Plusz Fókusz/					Almalé /Happy Day 100%/				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	115,00	2,82	0,00	3,23	19,79	73,50	0,75	0,00	0,75	16,50	116,00	4,20	0,00	4,50	15,05	66,00	0,00	0,00	0,00	15,00	69,00	0,15	0,00	0,15	16,95
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)	7,70	0,01	120,00		-	0,00	0,00	0,00		(2)	0,00	0,00	180,00		-	0,00	0,00	0,00		-	0,00	0,00	0,00	
EBÉD	Csirke apróhús Karfiolfőzelék (1),(2) Körte					Zöldborsós csirkemájrizottó reszelt sajttal (2) Banán					Gulyásleves pulykahússal készítve (1),(3),(5) Meggyes-mákos kevert sütemény (1),(2),(3),(12)					Párolt pulykamell Sütlőtkfőzelék (1),(2) Alma					Sült csirkemell Paradicsomos káposztafőzelék (1) Szilva				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	263,90	9,25	2,80	18,71	23,73	387,30	13,20	0,00	21,61	42,48	439,60	19,43	1,40	14,62	48,93	348,30	12,96	0,70	15,91	39,44	319,80	10,80	0,00	18,92	33,19
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	1,00	128,95		(2)	0,00	1,18	238,37		(1),(2),(3),(5),(12)	17,50	0,52	174,44		(1), (2)	0,00	1,98	80,47		(1)	5,00	1,48	60,95	
ÜZSONNA	Tej (2) Edami sajtkrém (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Tej (2) Szilvás papucs (1),(2),(3)					Tej (2) Csirkemell sonka /Kométa/ Vénusz margarin Hagymás kenyér (1) Zöldpaprika					Tej (2) Teavaj /Ammerland/ (2) Kalács (1),(2),(3)					Tej (2) Selyemsonka /Sága/ (2) Vénusz margarin Francia bagett (1) Kaliforniai paprika				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	280,00	12,86	3,95	12,97	27,65	224,50	8,05	0,00	7,40	29,95	240,00	10,27	1,79	11,90	27,19	265,40	13,00	0,00	8,18	28,70	252,00	8,80	1,06	11,62	30,77
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,42	342,70		(1), (2), (3)	0,00	0,00	180,00		(1), (2)	0,00	0,50	181,40		(1), (2), (3)	0,80	0,35	203,30		(1), (2)	0,00	0,56	182,80	

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.