

2025. Szeptember 01. – Szeptember 05.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



36. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Gyümölcsstea Kemencés sült sonkakrém /Kométa/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Lilahagyma					Rooibos tea Sárgarépas lencsekrém (6) Német zsemle (1) Tricolor paprika					Citromos tea Fokhagymás sajtkrém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Gyümölcsstea Házi tökmagvas pulykahúskrém (6) Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Rooibos tea Sárgabaracklekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Német zsemle (1)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	181,90	4,51	1,13	6,15	27,52	161,00	0,87	0,14	4,24	30,34	213,60	7,88	0,95	3,25	29,74	221,00	9,05	2,04	7,82	24,87	184,80	3,70	1,09	2,89	32,86
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,29	9,24		(1), (6)	5,00	0,52	10,47		(1)	5,00	0,02	5,58		(1), (6)	5,00	0,05	9,89		(1)	5,00	0,02	3,78	
TÍZÓRAI	Piros multivitamin 100%-os /Happy Day/					Házi gyümölcsös rizstejturmix					Limonádé					Házi málnás smoothie rizstejjel					Őszi baracklé /Happy Day/				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	108,50	1,58	0,00	0,45	23,10	25,40	0,00	0,00	0,07	5,41	151,40	1,46	0,00	0,83	32,36	51,00	0,00	0,00	0,00	11,85
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	0,00	0,00	0,00		-	0,00	0,00	182,48		-	5,00	0,00	2,52		-	6,00	0,00	183,55		-	0,00	0,00	0,00	
EBÉD	Panírozott tőkehalfilé (1),(8) Zöldborsófőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Banán					Párolt pulykamell Cukkínifőzelék rizstejjel (1) Körte					Sertés apróhús Durum tészta /Gyermelyi, Tojásmentes/ (1) Alma					Párolt pulykamell Parajfőzelék rizstejjel (1) Görögdinnye					Csöbenschüsselt brokkoli rizstejjel (1) Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	373,90	11,94	0,54	15,19	45,09	265,10	10,94	0,00	14,64	35,40	313,20	10,28	0,00	15,80	37,16	346,70	16,11	0,00	16,17	29,43	253,00	8,40	1,48	16,46	25,35
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (8)	0,00	1,21	170,74		(1)	0,00	1,97	119,96		(1)	0,00	1,51	19,24		(1)	0,00	1,97	142,92		(1)	0,00	1,05	46,27	
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Hagymás kenyér (1) Kaliforniai paprika					Rizsital /Alpro/ Nosztalgia párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kígyóúborborka					Rizsital /Alpro/ Kenőmájás /Nádudvar/ (4) Német zsemle (1) Póréhagyma					Rizsital /Alpro/ Sonkakrém /Kométa/ Búzakenyér (1) Paradicsom					Rizsital /Alpro/ Növényi sajt krém /Violife/ Búzakenyér (1) Koktélparadicsom				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	315,20	10,18	1,55	4,32	51,12	287,80	8,98	1,09	6,48	44,85	256,20	5,13	0,14	4,54	47,56	274,60	6,30	1,33	8,30	44,80	303,80	9,50	1,09	4,88	49,12
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	0,02	242,80		(1), (4)	0,00	0,02	242,70		(1), (4)	0,00	0,18	243,96		(1)	0,00	0,38	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) szeszámag, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfürt, (14) puhatestűek.

2025. Szeptember 08. – Szeptember 12.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

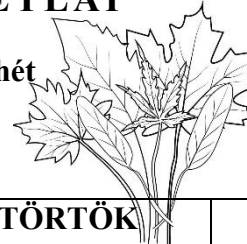
Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



37. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Gyümölcs tea Főtt virsli /Sága/ Búza kenyér (1) Ketchup /Heinz/ (5) Póré hagyma					Citromos tea Sonkakrém /Kométa/ Német zsemle (1) Kaliforniai paprika					Rooibos tea Tonhalkrém /Rio Mare/ (6), (8) Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Gyümölcs tea Sonkakrém /Efef/ Búza kenyér (1) Tricolor paprika					Rizsital /Alpro/ Corn flakes kukoricapehely (1)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	233,80	8,61	3,42	10,04	27,01	175,60	4,18	1,27	5,78	26,89	229,40	9,73	1,65	6,40	26,41	175,80	4,19	1,33	8,18	24,49	202,20	2,38	0,00	1,90	43,12
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (5)	5,00	0,98		7,74	(1)		5,00	0,29	6,58	(1), (6), (8)	5,00	0,17	6,95		(1)	5,00	0,38	3,78		-	0,00	0,00		240,00
TÍZÓRAI	Körtés almálé /Sió/					Banános smoothie rizstejjel					Limonádé					Trópusi rizstejturmix					Eperlé /Happy Day/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	51,00	0,00	0,00	0,00	12,15	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	Pulyka fasírt (1) /Tojásmentes/ Kapros tökfőzelék rizstejjel (1) Szilva					Grill csirkecomb Édesburgonyapüré rizstejjel Körte					Zöldség leves (1), (5) Gyümölcsös rizstejberizs					Párolt pulykamell Mexikói főzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Banán					Húsgombóc (1) /Tojásmentes/ Karábéfőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	339,50	9,98	0,00	14,08	46,16	268,90	8,40	0,95	3,52	41,13	449,50	7,61	0,00	16,46	76,06	330,80	10,68	0,00	12,68	40,29	350,30	5,51	0,00	19,73	52,94
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		0,00	1,24	121,63	-		0,00	2,47	47,62	(1), (5)	5,00	1,08	267,47		(1)	0,00	1,47	136,25		(1)	0,00	1,47		265,60
UZSONNA	Macikáv rizstejjel (1) Csurgatott méz Vénusz margarin Búza kenyér (1)					Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Rizsital /Alpro/ Pulykamell sonka /Kométa/ Vénusz margarin Búza kenyér (1) Zöldpaprika					Rizsital /Alpro/ Növényi sajt krém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélparadicsom					Citromos tea Kemencés sült sonkakrém /Kométa/ Német zsemle (1) Kígyóborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	296,10	5,67	1,09	4,72	55,90	309,00	9,96	0,95	3,63	50,90	272,60	5,99	1,09	9,00	45,22	311,80	9,98	0,95	3,68	51,44	171,40	4,15	1,27	5,65	26,06
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		8,50	0,02	240,00	(1)		0,00	0,02	242,70	(1)		0,00	0,02	241,40	(1)		0,00	0,02	240,00	(1)	5,00	0,29		6,48

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

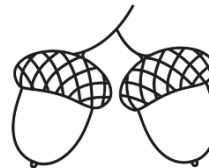
2025. Szeptember 15. – Szeptember 19.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES 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 Búzakenyér (1)					Gyümölcsstea Házi csicseriborsókrém (6) Búzakenyér (1) Koktélparadicsom					Citromos tea Házi csirkemájkrém (6) Német zsemle (1) Póréhagyma					Gyümölcsstea Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Tricolor paprika					Rooibos tea Sült csülök szelet /Kométa/ Vénusz margarin Hagymás kenyér (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	192,00	3,64	1,09	4,49	33,14	160,70	0,89	0,14	5,56	28,90	184,00	4,33	1,09	6,25	28,01	205,00	7,39	1,09	4,58	28,09	187,80	5,46	1,55	7,34	25,64
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,02	3,78		(1), (6)	5,00	0,52	7,66		(1), (6)	5,00	1,02	35,09		(1)	5,00	0,02	3,78		(1)	5,00	0,56	6,48	
TÍZÓRAI	Kajszibaracklé /Sió/					Házi gyümölcsös rizstejturmix					Narancslé 100%-os /Hohes C/					Házi barackos smoothie rizstejjel					Szőlőlé /Sió/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	79,50	0,75	0,00	0,75	18,60	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)	-	0,00	0,00	0,00		-	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	Rakott halas hercegnő burgonya rizstejjel (1),(8) Körte					Pulyka apróhús Brokkolifőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma					Bolognai rövidcső növényi sajttal durum tésztával (1) /Gyermelyi, Tojásmentes/ Banán					Csirkepecsenye Kelkáposztafőzelék (1) Szilva					Sült sertéskaraj Sütőtökfőzelék rizstejjel (1) Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	346,30	15,96	4,75	11,10	38,17	278,90	11,06	0,15	15,96	24,89	402,40	13,36	0,00	14,15	52,90	274,20	8,81	0,00	17,82	28,14	362,00	11,32	0,00	16,60	45,70
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (8)	0,00	1,06	91,35		(1)	0,00	1,52	99,51		(1)	0,00	2,01	84,73		(1)	0,00	0,98	50,12		(1)	0,00	1,97	78,62	
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Sertés párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Német zsemle (1) Kígyóuborka					Rizsital /Alpro/ Reszelt növényi sajtkrém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Rizsital /Alpro/ Kemencés sonka /Kométa/ Vénusz margarin Hagymás kenyér (1) Fürtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rizsital /Alpro/ Sonka szelet /Efef/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	285,30	8,35	2,14	5,00	47,10	309,20	9,97	0,95	3,60	50,94	288,80	7,38	1,67	7,76	46,57	265,90	5,66	1,09	4,68	48,57	294,80	7,60	0,95	8,28	48,00
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)	0,00	0,02	242,70		(1)	0,00	0,02	241,40		(1)	0,00	0,34	241,80		(1)	3,50	0,02	240,00		(1)	0,00	0,22	249,20	

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, szulfid, (13) csillagfű, (14) puhatestűek.

2025. Szeptember 22. – Szeptember 26.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egysített Bölcsődevezető



39. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Kakaós rizsital /Holland/ Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rooibos tea Lazackrém /Rio Mare/ (6),(8) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					Citromos tea Sonkakrém /Efef/ Búzakenyér (1) Tricolor paprika					Gyümölcstea Házi tökmagvas csirkehúskrém (6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Rooibos tea Fokhagymás növényi sajtkrém /Violife/ Német zsemle (1) Kígyóuborka				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	265,90	5,66	1,09	4,68	48,57	194,10	6,66	1,28	4,93	26,88	175,80	4,19	1,33	8,18	24,49	222,30	8,27	1,90	7,15	26,98	205,80	7,50	1,09	2,95	29,71
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	3,50	0,02	240,00		(1), (6), (8)	5,00	0,04	6,48		(1)	5,00	0,38	3,78		(1), (6)	5,00	0,05	9,12		(1)	5,00	0,02	6,48	
TÍZÓRAI	Multivitamin 100%-os /Happy Day/					Házi szamócás smoothie rizstejjel					Körtelék /Sió/					Házi banános rizstejturmix					Almalé 100%-os /Happy Day/				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	69,00	0,30	0,00	0,75	15,90	149,30	1,36	0,00	0,63	32,71	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	16,95
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	0,00	0,00	0,00		-	5,00	0,00	183,55		-	0,00	0,00	0,00		-	7,00	0,00	153,55		-	0,00	0,00	0,00	
EBÉD	Sertéssült Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Szilva					Pulykaraguleves /Alpro Rizsital/ (1),(5) Barackos tejberizs rizstejjel					Csőbensült karfiol rizstejjel /Alpro Rizsital/ (1) Banán					Reszelt növényi sajt /Violife/ Finomfőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Körte					Májpuffancs (1) /Tojásmentes/ Kínai fűzelék (1) Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	409,50	15,16	0,00	17,82	46,21	442,20	8,86	0,00	13,96	74,56	289,50	8,75	1,90	16,12	34,12	301,20	5,50	0,00	6,70	54,77	242,10	7,23	0,03	13,09	29,67
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	1,98	38,22		(1), (5)	5,00	0,39	257,97		(1)	0,00	1,01	164,14		(1)	0,00	0,98	183,67		(1)	0,00	0,98	35,04	
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Gabonapehely (1) /Nestlé Chocapic/					Rizsital /Alpro/ Baromfi párizsikrém (4) /Finomino/ Búzakenyér (1) Koktélpáradicsom					Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Sült csülök /Kométa/ Vénusz margarin Hagymás kenyér (1) Zöldpaprika					Rizsital /Alpro/ Baracklekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	203,80	3,12	0,00	2,12	41,24	294,60	9,10	2,29	7,08	45,64	311,80	9,98	0,95	3,50	50,72	286,20	7,57	1,55	7,56	46,66	249,40	5,66	1,09	4,68	44,52
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	0,00	240,00		(1), (4)	0,00	0,42	240,00		(1)	0,00	0,02	241,80		(1)	0,00	0,56	241,40		(1)	0,00	0,02	240,00	

Egysített 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.

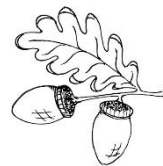
2025. Szeptember 29. – Október 03.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

Dietetikus étkezést 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 Sonkakrém /Efef/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Tricolor paprika					Rooibos tea Padlizsánkrém (6) /Tojásmentes/ Búza kenyér (1) Koktélparadicsom					Gyümölcstea Zöldfűszeres növényi sajtkrém /Violife/ Francia bagett (1) Zöldpaprika					Rizsital /Alpro/ Cini-minis gabonapehely (1)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	224,80	10,21	2,06	6,04	25,24	183,80	4,67	1,19	6,98	26,81	171,60	4,16	1,09	5,13	26,39	217,00	7,39	1,06	4,07	31,60	252,00	5,19	0,33	2,19	48,62
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (6), (8)	5,00	0,20	9,11		(1)	5,00	0,38	3,78		(1)	5,00	0,02	13,17		(1)	5,00	0,02	5,18		(1)	7,47	0,00		240,00
TÍZÓRAI	Gyümölcslé /Happy Day Immun Active/					Házi málnás rizstejturmix					Ananászlé /Happy Day 100%/					Házi gyümölcsös rizstejturmix					Őszibaracklé /Sió/				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	79,50	0,75	0,00	0,75	18,00	110,50	1,73	0,00	0,87	22,30	81,00	0,15	0,00	0,60	18,45	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)	-	0,00	0,00	0,00		-	0,00	0,00	180,00		-	0,00	0,00	0,00		-	0,00	0,00	182,48		-	0,00	0,00		0,00
EBÉD	Párolt pulykamell Gyümölcscsusz /Alpro Rizsital/ (1),(12) Pirított dara (1) Növényi sajt szelet					Párolt csirkemell Royalfőzelék rizstejjel (1) /Vegyes zöldségkeverék/ Alma					Kelbimbós rizstejes csirkepecsenye Durum tészta (1) /Gyermelyi, Tojásmentes/ Banán					Halpogácsa (1),(8) /Tojásmentes/ Zellerfőzelék rizstejjel (5) Körte					Sertés apróhús Cékla főzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	423,60	14,91	0,00	13,56	55,64	211,60	3,62	0,15	18,38	23,43	380,20	7,49	0,00	20,49	54,70	324,60	6,60	0,03	16,97	47,42	269,40	9,64	0,00	13,62	29,99
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (12)	12,50	0,99	84,69		(1)	0,00	1,59	98,19		(1)	0,00	2,01	158,00		(1), (5), (8)	0,0	1,97	106,96		(1)	0,00	0,98		110,34
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Borjú párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Búza kenyér (1) Kígyóuborka					Vanília rizsital Szamócalekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Német zsemle (1)					Rizsital /Alpro/ Sicíliai sonka /Tauris/ Vénusz margarin Hagymás kenyér (1) Fürtös paradicsom					Rooibos tea Növényi sajtkrém /Violife/ Búza kenyér (1) Vajretek				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	310,40	10,38	2,67	5,96	48,02	301,00	9,48	1,09	4,83	48,58	293,20	5,81	1,09	3,11	56,44	295,40	7,80	1,55	8,58	46,40	203,20	7,37	1,09	4,61	27,52
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)	0,00	0,46	242,80		(1)	0,00	0,02	242,70		(1)	5,00	0,02	240,00		(1)	0,00	0,22	248,20		(1)	5,00	0,02		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) szeszamag, (11) rák, (12) kén-dioxid, szulfid, (13) csillagfűt, (14) puhatestűek.

2025. Október 06. – Október 10.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

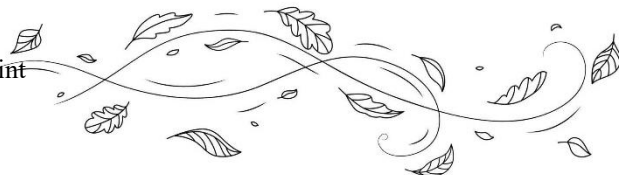
41. hét



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				
REGGELI	Rooibos tea Sült csülökrém /Kométa/ Búza kenyér (1) Fürtös paradicsom					Gyümölcs tea Sült paprikakrém Hagymás kenyér (1) Póréhagyma					Rooibos tea Kemencés sonkakrém /Kométa/ Búza kenyér (1) Koktélparadicsom					Citromos tea Növényi sajtkrém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Tricolor paprika					Gyümölcs tea Sárgarépa lencsekrém (6) Búza kenyér (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	180,60	4,80	1,09	7,85	23,74	150,10	1,33	0,60	4,53	28,16	171,20	4,05	1,27	7,33	24,49	213,00	7,87	0,95	3,38	30,41	155,70	0,73	0,14	5,87	27,73
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,56	5,58		(1)	5,00	0,20	13,39		(1)	5,00	0,29	3,78		(1)	5,00	0,02	3,78		(1), (6)	5,00	0,52	13,17	
TÍZÓRAI	Házi őszibarackos rizstejturmix					Gyümölcslé /Happy Day Immun Power/					Trópusi smoothie rizstejjel					Gyümölcslé /Hohes C Plusz Fókusz/					Almalé /Happy Day 100%/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	118,70	1,07	0,00	0,41	27,58	73,50	0,75	0,00	0,75	16,50	126,50	1,58	0,00	0,27	27,95	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)	-	7,00	0,01	120,00		-	0,00	0,00	0,00		-	0,00	0,00	180,00		-	0,00	0,00	0,00		-	0,00	0,00	0,00	
EBÉD	Csirke apróhús Karfiolfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Körte					Zöldborsós csirkemájrizottó reszelt növényi sajttal Banán					Gulyásleves (1),(5) Rizstejbedara kakaós szórattal /Holland/ (1)					Párolt pulykamell Sütőtökfőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma					Sült sertéskaraj Paradicsomos káposztafőzelék (1) Szilva				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	231,70	5,05	0,00	17,80	26,13	385,90	12,19	0,00	18,85	46,81	308,40	8,11	0,00	13,77	42,41	359,60	11,23	0,00	14,53	47,40	339,50	15,03	0,00	16,37	30,86
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	0,98	116,25		-	0,00	0,98	120,42		(1), (5)	5,00	0,49	145,76		(1)	0,00	1,97	80,47		(1)	5,00	1,48	59,90	
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Növényi sajtkrém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					Rizsital /Alpro/ Gyümölcslekvár Vénusz margarin Búza kenyér (1)					Rizsital /Alpro/ Csirkemell sonka /Kométa/ Vénusz margarin Hagymás kenyér (1) Zöldpaprika					Rizsital /Alpro/ Csurgatott méz Vénusz margarin Búza kenyér (1)					Rizsital /Alpro/ Debreceni sonka /Kaiser/ Vénusz margarin Francia bagett (1) Kaliforniai paprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	309,00	9,96	0,95	3,63	50,90	249,40	5,66	1,09	4,68	44,52	282,00	8,17	1,79	7,76	46,74	265,90	5,66	1,09	4,68	48,57	287,80	5,88	1,14	7,58	50,62
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	0,02	242,70		(1)	0,00	0,02	240,00		(1)	0,00	0,50	241,40		(1)	3,50	0,02	240,00		(1)	0,00	0,48	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.