

2025. Október 13. – Október 17.

TEJFEHÉRJEMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



42. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Macikáv rizstejjel (1) Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Gyümölcs tea Házi csicseriborsókrém (6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Póréhagyma					Rooibos tea Padlizsánkrém (3),(6) Búzakenyér (1) Paradicsom					Citromos tea Növényi sajtkrém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Rizsital /Alpro/ Cini-minis gabonapehely /Nestlé/ (1)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	296,10	5,67	1,09	4,72	55,90	169,10	1,37	0,00	4,45	31,25	204,50	7,77	2,05	4,98	25,79	215,00	7,88	0,95	3,51	30,74	252,00	5,19	0,33	2,19	48,62
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	8,50	0,02	240,00		(1), (6)	5,00	0,52	11,62		(1), (3), (6)	5,00	0,07	10,07		(1)	5,00	0,02	6,58		(1)	7,47	0,00	240,00	
TÍZÓRAI	Őszibaracklé /Happy Day/					Házi banános smoothie rizstejjel					Piros multivitamin 100%-os /Happy Day/					Házi trópusi rizstej-turmix					Eperlé /Happy Day/				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	51,00	0,00	0,00	0,00	11,85	123,70	1,05	0,00	0,18	27,68	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	130,60	1,58	0,00	0,27	28,95	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		-	0,00	0,00	0,00		-	1,00	0,00	180,00		-	0,00	0,00	0,00	
EBÉD	Panírozott tökehalfilé /100%-os színpilé/ (1),(8) Burgonyapüré /Alpro Rizsital/ Alma					Pulykapecsenye Mexikói főzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Körte					Csirke apróhús Brokkolifőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma					Magyaros kiskagyló (1),(3) Banán					Vagdalt szelet csirkehússal (1),(3) Kelkáposztafőzelék (1) Szilva				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	347,20	14,25	1,49	10,80	42,18	341,30	11,73	0,00	15,32	37,44	235,10	4,89	0,15	18,24	25,86	324,70	10,29	0,00	14,86	39,53	320,10	11,36	0,03	16,87	35,14
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (8)	0,00	1,72	47,81		(1)	0,00	1,47	94,46		(1)	0,00	1,52	99,49		(1), (3)	0,00	0,49	82,37		(1), (3)	0,00	0,59	50,72	
UZSONNA	Rooibos tea Snidlinges tojáskrém (3),(6) Búzakenyér (1) Koktélparadicsom					Rizsital /Alpro/ Sült csülök sonka /Kométa/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Tricolor paprika					Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Zöldpaprika					Rizsital /Alpro/ Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kígyóborka					Rizsital /Alpro/ Csülök sonkakrém /Kométa/ Hagymás kenyér (1) Fürtös paradicsom				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	175,60	5,04	1,09	6,56	24,41	278,30	6,89	1,09	8,23	45,39	304,20	9,62	1,09	3,17	50,74	267,00	6,09	1,09	7,68	44,91	288,80	7,58	1,55	7,46	46,44
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (3), (6)	5,00	0,11	8,58		(1)	0,00	0,56	240,00		(1)	0,00	0,02	241,40		(1)	0,00	0,35	242,70		(1)	0,00	0,56	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) csillagfürt, (14) puhatestűek.

2025. Október 20. – Október 24.

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	Citromos tea Tonhalkrém /Rio Mare/ (6),(8) Búzakenyér (1) Póréhagyma					Rooibos tea Házi tökmagvas csirkemájkrém (6) Német zsemle (1) Kígyóuborka					Gyümölcstea Kemencés sonka /Kométa/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom							
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	237,70	10,83	1,27	8,24	24,84	180,80	4,31	1,09	6,11	27,43	180,60	4,60	1,21	8,15			23,87
	Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (6), (8)		5,00	0,24	9,11	(1), (6)		5,00	1,02	33,83	(1)		5,00	0,34			5,58
TÍZÓRAI	Körtés almalé /Sió/					Házi málnás smoothie rizstejjel					Házi gyümölcsös rizstejturmix (12)							
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	51,00	0,00	0,00	0,00	12,15	110,50	1,73	0,00	0,87	22,30	158,50	1,58	0,00	0,27	35,95			
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	0,00		0,00	0,00	-	0,00	0,00	180,00		(12)		8,00	0,00	184,56			
EBÉD	Basmati rizses hús Csemege uborka (6) Mandarin					Párolt pulykamell Zöldborsófőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Banán					Csirkeraguleves (1),(5) Házi gyümölcsös rizstejberizs							
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	371,20	9,43	0,00	15,77	52,25	335,60	10,90	0,00	18,03	34,59	453,00	8,96	0,00	17,46			77,31
	Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(6)	0,00		0,98	66,39	(1)	0,00	1,47	184,45		(1), (5)		5,00	1,08			263,47
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Nosztalgia párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpáradicsom					Rizsital /Alpro/ Erdei gyümölcslekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rizsital /Alpro/ Növényi sajtkrém /Violife/ Búzakenyér (1) Zöldpaprika							
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	298,60	9,48	0,95	5,33	47,72	274,10	5,66	1,09	4,68	50,42	301,20	9,49	1,09	4,80			48,62
	Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)		0,00	0,02	240,00	(1)		0,00	0,02	240,00	(1)		0,00	0,02			241,40

Október 23-24

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.

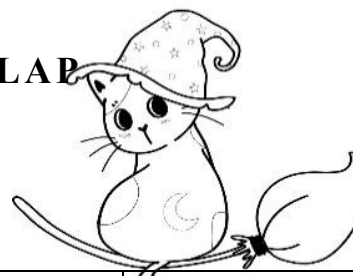
2025. Október 27. – Október 31.

TEJFEHÉRJEMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



44. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Rizsital /Alpro/ Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rooibos tea Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Jégcsapretek					Citromos tea Növényi sajtkrém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Gyümölcs tea Tökealmájkrem (6),(8) Búzakenyér (1) Póréhagyma					Rooibos tea Sült paprikakrém Német zsemle (1)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	265,90	5,66	1,09	4,68	48,57	188,40	5,99	1,09	7,84	24,46	213,60	7,88	0,95	3,25	29,74	224,80	10,21	2,06	6,04	25,24	138,00	0,74	0,14	3,25	27,73
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	3,50	0,02	240,00		(1), (3)	5,00	0,02	15,44		(1)	5,00	0,02	5,58		(1), (6), (8)	5,00	0,20	9,11		(1)	5,00	0,20	9,43	
TÍZÓRAI	Multivitamin 100%-os /Hohes C/					Házi szamócás smoothie rizsitalal					Ananászlé /Happy Day 100%/					Házi trópusi rizstejturmix					Kajszibaracklé /Sió/				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	149,30	1,36	0,00	0,63	32,71	81,00	0,15	0,00	0,60	18,45	130,60	1,58	0,00	0,27	28,95	52,50	0,00	0,00	0,00	12,00
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		-	1,00	0,00	180,00		-	0,00	0,00	0,00	
EBÉD	Reszelt növényi sajt /Violife/ Finomfőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Mandarin					Tonhalas penne növényi sajttal (1),(3),(8) Alma					Svájci rakott burgonya csirkehússal /Alpro rizsital és Violife növényi sajt/ (1),(3) Körte					Sertéspecsenye Tökfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Banán					Csirke apróhús Royalfőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	302,00	5,74	0,00	7,02	54,36	501,40	27,15	2,71	14,72	46,30	321,50	9,07	0,95	15,09	44,04	315,20	9,71	0,00	13,76	40,16	211,80	4,52	0,15	15,97	23,55
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	0,98	189,58		(1), (3), (8)	0,00	1,32	15,65		(1), (3)	0,00	1,07	89,37		(1)	0,00	1,47	169,20		(1)	0,00	1,10	98,84	
UZSONNA	Gyümölcs tea Borjómájás /Nádudvar/(4) Búzakenyér (1) Paradicsom					Rizsital /Alpro/ Sült tarja sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Rizsital /Alpro/ Sonkakrém /Efe/ Búzakenyér (1) Vajretek					Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Rizsital /Alpro/ Baromfi párizsikrém (4) /Finomino/ Búzakenyér (1) Koktélpapadicsom				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	154,60	2,90	0,14	5,65	23,71	280,60	6,47	0,95	7,80	47,54	272,90	5,98	1,09	9,06	45,10	309,00	9,96	0,95	3,63	50,90	294,60	9,10	2,29	7,08	45,64
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)	5,00	0,18	5,58		(1)	0,00	0,02	241,40		(1)	0,00	0,02	240,00		(1)	0,00	0,02	242,70		(1), (4)	0,00	0,42	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) szeszamag, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfürt, (14) puhatestűek.

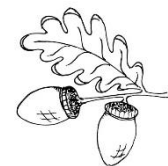
2025. November 03. – November 07.

TEJFEHÉRJEMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



45. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Vaníliás rizsital /Alpro/ Áfonyagyümölcslekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Gyümölcstea Házi tökmagvas pulykahúskrém (6) Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika					Citromos tea Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Kígyóuborka					Rizsital /Alpro/ Tepsis bundás kenyér rizstejjel, növényi sajttal készítve (1),(3) Póréhagyma					Rizsital /Alpro/ Chochapic gabonapehely /Nestlé/ (1)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	310,70	5,74	1,09	4,74	59,12	225,00	9,06	2,04	7,98	25,65	205,80	7,50	1,09	2,95	29,71	279,70	6,00	0,08	7,29	51,05	203,80	3,12	0,00	2,12	41,24
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,02	240,00		(1), (6)	5,00	0,05	11,29		(1)	5,00	0,02	6,48		(1), (3)	0,60	1,01	252,33		(1)	0,00	0,00		240,00
TÍZÓRAI	Narancslé 100%-os /Hohes C/					Házi barackos rizstejturmix					Szőlőlé /Sió/					Házi gyümölcsös rizstejturmix (12)					Gyümölcslé /Hohes C Plusz Fókusz/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	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	77,00	1,05	0,00	0,36	16,45	66,00	0,00	0,00	0,00	15,00
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	0,00	0,00	0,00		-	2,00	0,01	180,00		-	0,00	0,00	0,00		-	0,00	0,00	122,48		-	0,00	0,00		0,00
EBÉD	Főtt tojás (3) Parajfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Banán					Sült sertéskaraj Sütőtökfőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma					Húsgaluskaleves (1),(3),(5) Házi rizstejbedara kakaós szórattal /Holland/ (2)					Grill csirkecomb Paradicsomos káposztafőzelék (1) Mandarin					Májpuffancs (1),(3) Cékla-főzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	311,40	11,14	0,00	11,70	37,02	362,00	11,32	0,00	16,60	45,70	284,80	5,75	0,00	12,23	43,45	238,70	10,41	0,00	3,59	30,00	257,70	3,15	0,03	12,36	43,32
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (3)	0,00	0,98	198,92		(1)	0,00	1,97	78,62		(1), (3), (5)	5,00	0,98	152,42		(1)	5,00	0,99	53,06		(1), (3)	0,00	0,98		179,04
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Sertés párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Savanyú káposzta					Rizsital /Alpro/ Növényi sajtkrém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Sonka szelet /Kométa/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Rooibos tea Lazackrém /Rio Mare/ (6),(8) Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpaprika					Gyümölcstea Sárgarépás lencsekrém (6) Búzakenyér (1) Tricolor paprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	284,50	8,25	2,14	6,70	45,33	311,80	9,98	0,95	3,50	50,72	288,20	8,49	1,09	7,60	44,82	196,90	6,68	1,28	4,98	27,43	158,00	0,74	0,14	5,87	28,22
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)	0,00	0,02	246,60		(1)	0,00	0,02	241,80		(1)	0,00	0,38	241,40		(1), (6), (8)	5,00	0,04	3,78		(1), (6)	5,00	0,52		10,47

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.