

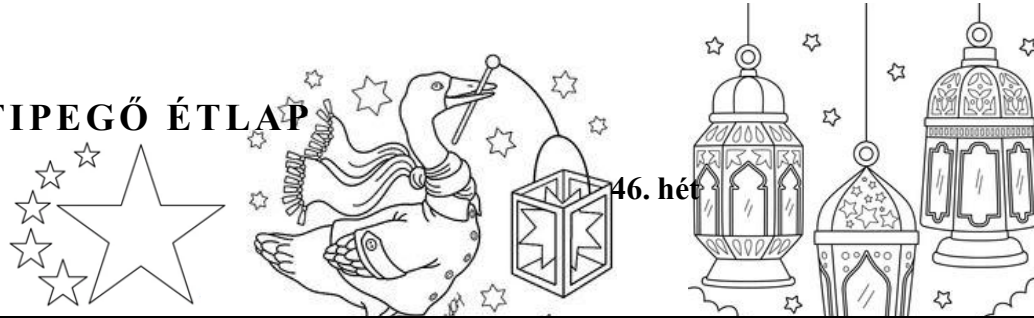
2025. November 10. – November 14.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ 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	Gyümölcstea Sárgabaracklekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Kiskifli (1),(2)					Rooibos tea Házi tökealmájkrém (6),(8) Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpáradicsom					Gyümölcstea Padlizsánkrém (3),(6) Búzakenyér (1) Póréhagyma					Citromos tea Házi tökmagvas csirkehúskrém (6) Német zsemle (1) Fürtös paradicsom					Tej (2) Kukoricapehely (1) /Típegő: Almás zabkása (1),(2)/					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	152,90	3,55	1,06	2,44	26,00	232,40	10,69	1,92	4,75	27,53	204,90	7,77	2,05	5,25	26,54	217,30	7,92	2,04	6,71	26,78	160,20	4,48	0,00	6,04	23,57	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		5,00	0,02	3,78	(1), (6), (8)		5,00	0,20	5,15	(1), (3), (6)		5,00	0,07	12,23	(1), (6)		5,00	0,05	9,12	(1), (2)	0,00	0,00		180,00	
TÍZÓRAI	Őszi baracklé /Happy Day/					Házi banános smoothie (2)					Meggy-szilva-almalé /Sió/					Házi trópusi tejtermék (2)					Szamócás smoothie (2)					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	73,00	0,00	0,00	0,00	17,30	120,10	4,20	0,00	4,50	15,43	51,00	0,00	0,00	0,00	12,00	120,10	4,20	0,00	4,50	16,05	140,50	3,55	0,00	4,15	21,96	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-		0,00	0,00	0,00	(2)	1,00	0,00	213,55		-		0,00	0,00	0,00		(2)	1,00	0,00	180,00		(2)	5,00	0,00	183,55	
EBÉD	Panírozott tökehalfilé /100%-os színfilé/ (1),(8) /Típegő: Párolt halfilé (8)/ Burgonyapüré (2) Narancs					Sertés apróhús Brokkolifőzelék (1),(2) Alma					Pulykavagdalt (1),(3) Tökfőzelék (1),(2) Mandarin					Tarhonyás hús (1),(3) Csemege uborka (6) /Típegő: Sertés pörkölt, Burgonyapüré (2)/ Banán					Zabpelyhes csirkehúsgombóc (1),(3) Karábéfőzelék (1),(2) Alma					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	353,00	14,77	0,54	11,84	40,84	268,50	11,19	0,82	16,26	22,08	345,30	14,45	2,80	14,74	37,29	367,00	9,92	0,00	16,32	49,47	366,40	5,34	1,89	23,65	53,55	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (8)		0,00	0,93	78,83	(1), (2)		0,00	1,52	69,04	(1), (2), (3)		0,00	1,59	114,47	(1), (3), (6)		0,00	0,98	104,15	(1), (2), (3)		0,00	1,49	259,71	
UZSONNA	Tej (2) Házi sajtkrém (2) /Trappista/ Hagymás kenyér (1) Kígyóuborka					Tej (2) Debreceni sonka /Kaiser/ Vénusz margarin /Típegő: Sonkakerém/ Búzakenyér (1) Savanyú káposzta					Tej (2) Juhtúrós körözött (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Tej (2) Gouda sajt szelet Vénusz margarin /Típegő: Gouda sajtkrém (2)/ Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika					Gyümölcstea Snidlinges tojáskrém (3),(6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	264,90	12,02	1,32	12,40	26,25	232,00	8,34	1,15	12,10	26,39	234,40	8,68	1,40	9,76	28,65	283,40	13,20	4,39	14,20	26,09	180,80	5,50	0,95	5,31	26,19	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		0,00	0,17	272,70	(1), (2)		0,00	0,41	186,60	(1), (2)		0,00	0,11	219,77	(1), (2)		0,00	0,42	182,80	(1), (3), (6)		5,00	0,11	11,28	

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.

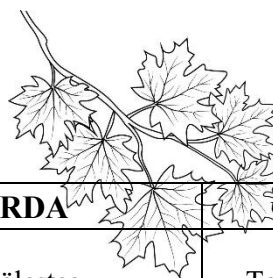
2025. November 17. – November 21.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



47. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Tej (2) Teavaj /Ammerland/ (2) Kalács (1),(2),(3)					Citromos tea Kapros túrókrém (2) Búzákenyér (1) Kaliforniai paprika					Gyümölcsstea Házi csicseriborsókrém (6) Német zsemle (1) Póréhagyma					Rooibos tea Tepsis bundás kenyér (1),(2),(3) /Tipegő: Tojáskrém (3),(6), Búzákenyér (1)/ Koktélpáradicsom					Tej (2) Csurgatott méz Vénusz margarin Búzákenyér (1)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	265,40	13,00	0,00	8,18	28,70	162,60	2,65	0,84	7,26	25,26	164,10	1,02	0,14	4,02	31,04	283,70	13,18	2,94	13,53	26,14	223,90	7,76	1,09	8,82	29,02
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	0,80	0,35	203,30		(1), (2)	5,00	0,10	25,08		(1), (6)	5,00	0,52	11,62		(1), (2), (3)	5,00	0,71	158,15		(1), (2)	3,50	0,02	180,00	
TÍZÓRAI	Banános smoothie (2)					Házi barackos tejturmix (2)					Szőlőlé /Sió/					Actimel (2)					Almalé 100%-os /Happy Day/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	120,10	4,20	0,00	4,50	15,43	109,70	4,21	0,00	4,68	13,87	61,50	0,75	0,00	0,00	14,85	76,00	1,50	0,00	2,80	12,00	66,80	0,08	0,00	0,08	16,13
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)	1,00	0,00	213,55		(2)	1,00	0,01	180,00		-	0,00	0,00	0,00		(2)	0,00	0,00	120,00		-	0,00	0,00	0,00	
EBÉD	Reszelt sajt (2) Finomfőzelék (1),(2) Alma					Grill csirkecomb Zeller főzelék (1),(2),(5) Mandarin					Frankfurtleves (1),(2),(5) Piskótakocka csokoládéöntettel (1),(2),(3) /Tipegő: Főtt virsli, Kelkáposztafőzelék (1), Alma/					Sült sertéskaraj Páradicsomos burgonyafőzelék (1) Banán					Zöldborsós csirkemájrizottó reszelt sajttal (2) /Tipegő: Párolt csirkemáj, Zöldborsófőzelék (1),(2)/ Narancs				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	255,80	9,15	0,00	13,58	28,79	239,90	8,59	1,75	5,42	33,66	433,30	18,24	5,38	14,80	51,44	424,90	15,16	0,00	17,10	50,31	360,40	12,90	1,50	22,20	36,02
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,79	221,76		(1), (2), (5)	0,00	1,50	73,83		(1), (2), (3), (5)	20,00	1,85	166,93		(1)	5,00	1,98	86,01		(2)	0,00	1,28	233,46	
UZSONNA	Gyümölcsstea Borjómájás /Pick/ (2),(4) Búzákenyér (1) Savanyú káposzta					Tej (2) Nosztalgia párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin /Tipegő: Párizsikrém/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös páradicsom					Tej (2) Magyaros vajkrém /Tolle/ (2) Búzákenyér (1) Kígyóuborka					Tej (2) Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin /Tipegő: Sonkakrém/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Gyümölcsstea Tonhalkrém /Rio Mare/ (6),(8) Kiskifli (1),(2) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	194,80	6,80	2,74	7,05	24,42	256,60	11,58	0,95	9,29	27,45	208,00	7,28	1,84	9,29	25,73	233,20	8,69	0,95	10,59	27,73	200,20	9,38	1,06	5,29	21,92
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (4)	5,00	0,36	10,38		(1), (2), (4)	0,00	0,02	181,80		(1), (2)	0,00	0,11	182,70		(1), (2)	0,00	0,35	181,40		(1), (2), (6), (8)	5,00	0,21	7,85	

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

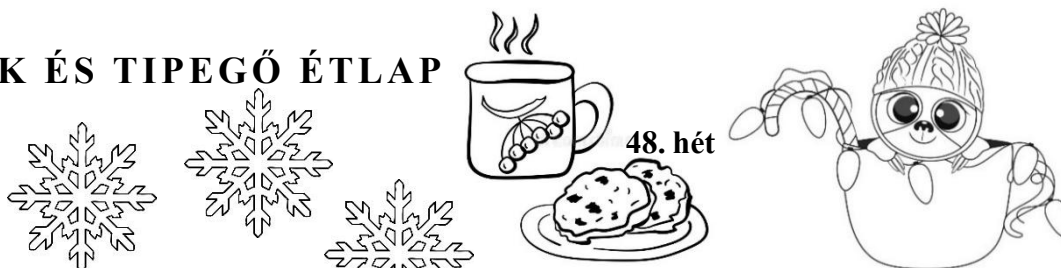
2025. November 24. – November 28.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



48. hét

ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK					
REGGELI	Gyümölcsstea Vaníliás krémtúró /Mia/ (2) Vénusz margrin Kiskifli (1),(2)					Citromos tea Natúr vajkrém /Tolle/ (2) Német zsemle (1) Póréhagyma					Gyümölcsstea Sült paprikakrém Teljes kiörlésű bagett (1) Koktélparadicsom					Rooibos tea Házi tökmagvas csirkemájkrém (6) Kiskifli (1),(2) Kaliforniai paprika					Gyümölcsstea Sárgabaracklekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzákenyér (1)					
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	286,40	8,04	1,06	10,03	41,90	209,20	8,73	0,14	3,55	27,47	147,60	1,13	0,00	3,88	28,73	163,40	4,18	1,06	5,82	23,80	171,60	3,57	1,09	4,49	28,34
	Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		5,00	0,17	3,78	(1), (2)		5,00	0,00	7,74	(1)		5,00	0,20	9,43	(1), (2), (6)		5,00	1,02	33,93	(1)	5,00	0,02	3,78	
TÍZÓRAI	Házi banános tejturmix (2)					Házi szamócás smoothie (2)					Ananászlé /Happy Day 100%-os/					Házi trópusi tejturmix (2)					Kajsziabaracklé /Sió/					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	120,10	4,20	0,00	4,50	15,43	140,50	3,55	0,00	4,15	21,96	81,00	0,15	0,00	0,60	18,45	120,10	4,20	0,00	4,50	16,05	52,50	0,00	0,00	0,00	12,00	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)	1,00	0,00	213,55		(2)	5,00	0,00	183,55		-	0,00	0,00	0,00		(2)	1,00	0,00	180,00		-	0,00	0,00	0,00		
EBÉD	Párolt pulykamell Cukkínifőzelék (1),(2) Alma					Csirkepaprikás (1),(2) Copfocska tészta (1),(3) /Típegő: Burgonyapüré (2)/ Narancs					Főtt tojás (3) Sóskamártás (1),(2) Főtt burgonya Banán					Sült sertéskaraj Süttőtökfőzelék (1),(2) Körte					Halpogácsa (1),(3),(8) Karfiolfőzelék (1),(2) Alma					
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	263,00	14,38	2,38	15,58	26,29	424,00	11,50	2,80	36,03	41,29	380,30	11,30	2,38	14,27	54,34	367,70	13,05	0,70	17,98	41,79	290,40	11,88	2,83	17,73	25,96
	Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		0,00	1,98	97,80	(1), (2), (3)		0,00	1,98	71,42	(1), (2), (3)		5,00	1,09	245,51	(1), (2)		0,00	1,98	86,89	(1), (2), (3), (8)		0,00	1,49	121,49
UZSONNA	Tej (2) Mozzarella sajt szelet (2) Vénusz margarin /Típegő.: Sajtkrém (2)/ Búzákenyér (1) Fürtös paradicsom					Tej (2) Sertéspárizsi /Pick/(4) Vénusz margarin /Típegő: Párizsikrém/ Búzákenyér (1) Kígyóuborka					Tej (2) Lazackrém /Rio Mare/ (8) Búzákenyér (1) Zöldpaprika					Tej (2) Reszelt sajtkrém (2) /Trappista/ Búzákenyér (1) Fürtös paradicsom					Tej (2) Szicíliai sonka /Tauris/ Vénusz margarin /Típegő: Sonkakrém/ Teljes kiörlésű bagett (1) Kígyóuborka					
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	272,00	12,20	3,95	13,84	25,25	240,30	10,33	2,14	10,77	25,44	242,50	10,39	1,42	10,49	26,04	262,70	11,70	1,09	12,59	25,22	240,80	9,32	0,95	11,16	27,61
	Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		0,00	0,32	181,80	(1), (2), (4)		0,00	0,02	182,70	(1), (2), (6), (8)		0,00	0,04	181,40	(1), (2)		0,00	0,17	271,80	(1), (2)	0,00	0,17	187,50	

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.

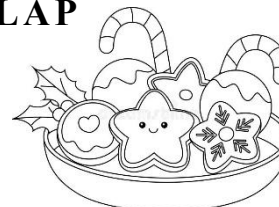
2025. December 01. – December 05.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egysített Bölcsődevezető



49. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNYESZ				
REGGELI	Tej (2) Csipkebogyólekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Német zsemle (1)					Rooibos tea Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin /Típegő: Tojáskrém (3),(6)/ Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Gyümölcs tea Házi zöldfűszeres túrókrém (2) Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Citromos tea Sárgarépas lencsekrém (6) Német zsemle (1) Póréhagyma					Tej (2) Gabonapehely (1) /Nestlé Nesquik/ /Típegő: Vaníliás zabkása (1),(2)/				
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	234,10	7,89	1,09	7,24	32,89	186,00	5,98	1,09	7,80	23,92	152,60	3,17	0,14	4,83	24,36	161,90	0,88	0,14	4,38	30,42	161,80	5,22	0,00	6,26
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		0,00	0,02	180,00	(1), (3)		5,00	0,02	14,48	(1), (2)		5,00	0,00	5,18	(1), (6)		5,00	0,52	14,43	(1), (2)	0,00	0,00	180,00	
TÍZÓRAI	Körtés almalé /Sió/					Házi málnás smoothie (2)					Házi barackos tejturmix (2)					Actimel (2)					Gyümölcslé 100% /HohesC Plusz Fókusz/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	51,00	0,00	0,00	0,00	12,15	100,00	4,35	0,00	5,10	9,40	109,70	4,21	0,00	4,68	13,87	76,00	1,50	0,00	2,80	12,00	66,00	0,00	0,00	0,00	15,00
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	0,00	0,00	0,00		(2)	0,00	0,00	180,00		(2)	1,00	0,01	180,00		(2)	0,00	0,00	120,00		-	0,00	0,00	0,00	
EBÉD	Párolt csirkecomb Paradicsomos káposztafőzelék (1) Mandarin					Májpudding (1),(3) Zöldborsófőzelék (1),(2) Banán					Sertésbeccsináltleves (1),(2),(5) Almás kevert sütemény (1),(3) /Típegő: Sertés apróhús, Kertészfőzelék (1),(2), Alma/					Csirke apróhús Cékla főzelék (1),(2) Banán					Csöbenschütt brokkoli (1),(2) /Pulyka apróhús, Brokkolifőzelék (1),(2)/ Alma				
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	224,80	7,52	0,00	4,47	32,78	282,20	4,15	0,03	17,98	37,72	436,60	22,46	2,80	13,60	41,51	254,50	5,10	0,00	16,72	32,77	362,70	20,36	4,85	19,76
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	1,49	58,64		(1), (2), (3)	0,00	0,98	173,79		(1), (2), (3), (5)			16,67	1,12	64,67	(1), (2)		0,00	0,98	160,72	(1), (2)	0,00	1,17	217,68
UZSONNA	Gyümölcs tea Baromfi párizsi /Finonimo/ Vénusz margarin /Típegő: Párizsikrém/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Savanyú káposzta					Kakaó /Holland/ (2) Teavaj /Ammerland/ (2) Kiskifli (1),(2)					Tej (2) Pannónia sajt szelet (2) Vénusz margarin /Típegő: Sajtkrém (2)/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélparadicsom					Tej (2) Pulykamell sonka /Kométa/ Vénusz margarin /Típegő: Sonkakrém/ Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Gyümölcs tea Fokhagymás vajkrém /Tolle/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika				
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	203,80	7,48	2,15	5,65	26,78	284,90	14,14	0,11	8,67	30,03	292,40	13,88	4,75	13,22	28,19	233,20	8,10	1,09	13,04	25,45	164,60	3,66	0,00	3,79
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)		5,00	0,42	10,38	(1), (2)		5,00	0,00	242,50	(1), (2)		0,00	0,17	180,00	(1), (2)		0,00	0,02	181,80	(1), (2)	5,00	0,00	6,58	

Egysített 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.