

2025. November 10. – November 14.

SERTÉSHÚSMENTES 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) Búza kenyér (1) Póréhagyma					Citromos tea Házi tökmagvas csirke húskrémmel (6) Német zsemle (1) Fürtös paradicsom					Tej (2) Kukoricapehely (1)				
Energia cKcal./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		180,00
TÍZÓRAI	Őszi baracklé /Happy Day/					Házi banános smoothie (2)					Meggy-szilva-almalé /Sió/					Házi trópusi tejtermék (2)					Szamócás smoothie (2)				
Energia cKcal./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 színes filé/ (1),(8) Burgonyapüré (2) Narancs					Csirke apróhús Brokkolifőzelék (1),(2) Alma					Pulykavagdalt (1),(3) Tökefőzelék (1),(2) Mandarin					Tarhonyás hús pulykamellel készítve (1),(3) Csemege uborka (6) Banán					Zabpelyhes csirkehús gombóc (1),(3) Karlábé főzelék (1),(2) Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	353,00	14,77	0,54	11,84	40,84	224,60	5,77	0,82	18,31	21,55	345,30	14,45	2,80	14,74	37,29	374,20	10,70	0,00	16,28	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	63,49	(1), (2), (3)		0,00	1,59	114,47	(1), (3), (6)		0,00	0,98	104,08	(1), (2), (3)		0,00	1,49	259,71
UZSONNA	Tej (2) Házi sajtkrém (2) /Trappista/ Hagymás kenyér (1) Kígyó uborka					Tej (2) Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Búza kenyér (1) Savanyú káposzta					Tej (2) Juhtúrós körözött (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Tej (2) Gouda sajt szelet Vénusz margarin Búza kenyér (1) Kaliforniai paprika					Gyümölcstea Snidlinges tojáskrém (3),(6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyó uborka				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	264,90	12,02	1,32	12,40	26,25	227,20	8,22	1,09	11,89	25,71	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	0,35	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) csillagfű, (14) puhatestűek.

2025. November 17. – November 21.

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	Tej (2) Teavaj /Ammerland/ (2) Kalács (1),(2),(3)					Citromos tea Kapros túrókrém (2) Búzákenyér (1) Kaliforniai paprika					Gyümölcstea Házi csicseriborsókrém (6) Német zsemle (1) Póréhagyma					Rooibos tea Tepsis bundás kenyér (1),(2),(3) 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					Frankfurteleves (1),(2),(5) /Sága Falni jó pulykavirslit/ Piskótakocka csokoládéöntettel (1),(2),(3)					Sült csirkemell Páradicsomos burgonyafőzelék (1) Banán					Zöldborsós csirkemájrizottó reszelt sajttal (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	415,30	15,84	4,46	15,20	51,96	405,20	10,93	0,00	19,65	52,64	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	1,97	166,93	(1)		5,00	1,98	87,05	(2)		0,00	1,28	233,46
UZSONNA	Gyümölcstea Selyemsonkakrém /Sága/ (2) Búzákenyér (1) Savanyú káposzta					Tej (2) Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös páradicsom					Tej (2) Magyaros vajkrém /Tolle/ (2) Búzákenyér (1) Kígyóuborka					Tej (2) Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Gyümölcstea Tonhalkrém /Rio Mare/ (6),(8) Kiskifli (1),(2) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	179,80	4,60	1,09	7,65	24,90	235,80	8,70	0,95	10,49	27,51	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)		5,00	0,56	10,38	(1), (2)		0,00	0,35	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) kén-dioxid, szulfid, (13) csillagfűt, (14) puhatestűek.

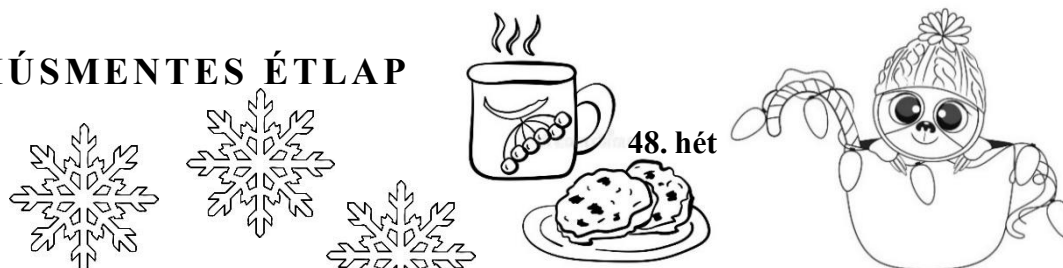
2025. November 24. – November 28.

SERTÉSHÚSMENTES 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 kiőrlésű bagett (1) Koktélpáradicsom					Rooibos tea Házi tökmagvas csirkemájkrém (6) Kiskifli (1),(2) Kaliforniai paprika					Gyümölcsstea Sárgabaracklekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (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)					Kajsziaracklé /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) Narancs					Főtt tojás (3) Sóskamártás (1),(2) Főtt burgonya Banán					Sült pulykamell Sütőtökfőzelék (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	353,20	12,93	0,70	15,52	41,00	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	85,32	(1), (2), (3), (8)		0,00	1,49	121,49
UZSONNA	Tej (2) Mozzarella sajt szelet (2) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Tej (2) Selyemsonka /Sága/ (2) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Tej (2) Lazackrém /Rio Mare/ (8) Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Tej (2) Reszelt sajtkrém (2) /Trappista/ Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Tej (2) Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	272,00	12,20	3,95	13,84	25,25	233,80	8,78	1,09	11,97	25,99	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)		0,00	0,56	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 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, szulfít, (13) csillagfűrt, (14) puhatestűek.

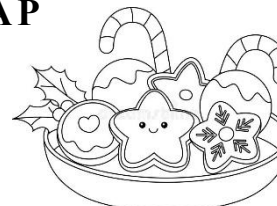
2025. December 01. – December 05.

SERTÉSHÚSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített 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 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/				
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	21,69
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 almale /Sió/					Házi málnás smoothie (2)					Házi barackos tejturmix (2)					Actimel (2)					Gyümölcsle 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					Májpuffancs (1),(3) /Csirkemáj/ Zöldborsófőzelék (1),(2) Banán					Pulykabecsínáltleves (1),(2),(5) Almás kevert sütemény (1),(3)					Csirke apróhús Cékla főzelék (1),(2) Banán					Csőbensült brokkoli pulykamellel (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	497,60	28,09	4,20	14,38	42,54	254,50	5,10	0,00	16,72	32,77	362,70	20,36	4,85	19,76	22,17
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	1,13		82,04	(1), (2)	0,00	0,98		160,72	(1), (2)	0,00	1,17		217,68
UZSONNA	Gyümölcs tea Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Savanyú káposzta					Kakaó /Holland/ (2) Teavaj /Ammerland/ (2) Kiskifli (1),(2)					Tej (2) Pannónia sajt szelet (2) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpáradicsom					Tej (2) Pulykamell sonka /Kométa/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Gyümölcs tea Fokhagymás vajkrém /Tolle/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	178,90	4,50	0,95	6,30	26,60	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	27,46
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,35		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

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, szulfít, (13) csillagfürt, (14) puhatestűek.