

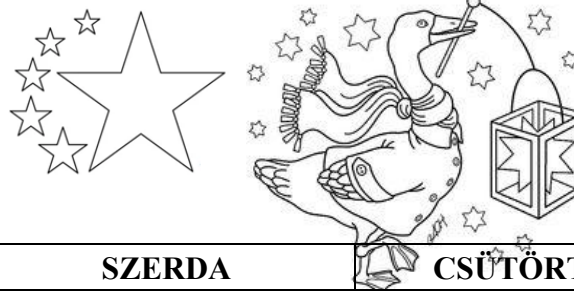
2025. November 10. – November 14.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



46. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Gyümölcsstea Sárgabaracklekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rooibos tea Házi tökealmájkrém (6),(8) Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpáradicsom					Gyümölcsstea Padlizsánkrém (6) /Tojásmentes/ Búzakenyér (1) Póréhagyma					Citromos tea Házi tökmagvas csirkehúskrém (6) Német zsemle (1) Fürtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Kukoricapehely (1)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	171,50	3,58	1,09	4,49	28,34	232,40	10,69	1,92	4,75	27,53	172,00	4,16	1,09	5,22	26,42	217,30	7,92	2,04	6,71	26,78	202,20	2,38	0,00	1,90	43,12
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		5,00	0,02	3,78	(1), (6), (8)		5,00	0,20	5,15	(1)		5,00	0,02	17,13	(1), (6)		5,00	0,05	9,12	-	0,00		0,00	240,00
TÍZÓRAI	Őszi baracklé /Happy Day/					Házi banános smoothie rizstejjel					Meggy-szilva-almalé /Sió/					Házi trópusi rizstejturmix					Szamócás smoothie rizstejjel				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	73,00	0,00	0,00	0,00	17,30	130,60	1,58	0,00	0,27	28,33	51,00	0,00	0,00	0,00	12,00	130,60	1,58	0,00	0,27	28,95	149,30	1,36	0,00	0,63	32,71
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-		0,00	0,00	0,00	-	1,00	0,00		213,55	-	0,00	0,00		0,00	-	1,00	0,00		180,00	-	5,00	0,00		183,55
EBÉD	Panírozott tökehalfilé /100%-os színfilé/ (1),(8) Burgonyapüré rizstejjel Narancs					Sertés apróhús Brokkolifőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma					Pulykavagdalt (1) /Tojásmentes/ Tökfőzelék rizstejjel (1) Mandarin					Sertés apróhús Durumtészta köret (1) /Gyermelyi, Tojásmentes/ Csemege uborka (6) Banán					Zabpelyhes csirkehúsgombóc (1) /Tojásmentes/ Karatőkefőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	355,30	14,25	1,49	10,97	43,39	279,00	10,30	0,15	16,22	26,39	320,90	10,17	0,00	13,40	42,23	368,90	10,80	0,00	16,12	49,02	346,60	2,43	0,00	22,53	56,27
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (8)		0,00	1,72	78,83	(1)	0,00	1,52		105,04	(1)		0,00	2,06	123,67	(1), (6)		0,00	1,47	75,17	(1)		0,00	1,47	271,86
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Házi növényi sajtkrém /Violife/ Hagymás kenyér (1) Kígyóuborka					Rizsital /Alpro/ Debreceni sonka /Kaiser/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Savanyú káposzta					Rizsital /Alpro/ Csirkemell sonkakrém /Efef/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika					Gyümölcsstea Sonkakrém /Kométa/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	306,00	9,82	1,32	4,51	49,44	274,00	6,25	1,15	7,96	45,94	248,20	3,59	0,00	6,45	47,28	305,20	9,50	1,09	4,96	49,40	182,20	4,36	0,95	7,58	26,52
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		0,00	0,02	242,70	(1)		0,00	0,41	246,60	(1)		0,00	0,33	241,40	(1)		0,00	0,02	242,80	(1)		5,00	0,02	6,48

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. November 17. – November 21.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES 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	Rizsital /Alpro/ Baracklekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Citromos tea Házi növényi sajtkrém /Violife/ Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika					Gyümölcstea Házi csicseriborsókrém (6) Német zsemle (1) Póréhagyma					Rooibos tea Házi növényi sajtkrém /Violife/ Búzakenyér (1) Koktélparadicsom					Rizsital /Alpro/ Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	280,00	5,68	1,09	4,77	51,72	207,00	7,40	1,09	4,71	28,42	164,10	1,02	0,14	4,02	31,04	205,60	7,40	1,09	4,63	28,14	265,90	5,66	1,09	4,68	48,57
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		0,00	0,02	240,00	(1)		5,00	0,02	6,58	(1), (6)		5,00	0,52	11,62	(1)		5,00	0,02	3,78	(1)		3,50	0,02	240,00
TÍZÓRAI	Banános smoothie rizstejjel					Házi barackos rizstejtermix					Szőlőlé /Sió/					Gyümölcsös smoothie rizstejjel					Almalé 100%-os /Happy Day/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	123,70	1,05	0,00	0,18	27,68	129,70	1,59	0,00	0,50	29,23	61,50	0,75	0,00	0,00	14,85	108,50	1,58	0,00	0,45	23,10	66,80	0,08	0,00	0,08	16,13
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-		7,00	0,00	153,55	-		2,00	0,01	180,00	-		0,00	0,00	0,00	-		0,00	0,00	182,48	-		0,00	0,00	0,00
EBÉD	Reszelt növényi sajt Finomfőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Alma					Grill csirkecomb Zeller főzelék (1),(5) /Burgonyával sűrítve/ Mandarin					Frankfurtileves rizstejjel elkészítve (1),(5) Rizstejbedara kakaó szórattal /Holland/					Sült sertéskaraj Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Banán					Zöldborsós csirkemájrizottó reszelt növényi sajttal Narancs				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	284,20	5,50	0,00	6,70	50,72	231,50	6,06	0,00	4,28	38,48	337,90	11,45	3,28	9,46	47,62	424,90	15,16	0,00	17,10	50,31	361,50	12,19	0,00	19,34	40,40
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		0,00	0,98	175,41	(1), (5)		0,00	1,47	103,33	(1)		5,00	1,78	173,29	(1)		5,00	1,98	86,01	-		0,00	0,98	95,51
UZSONNA	Gyümölcstea Borjómájás /Nádudvar/ (4) Búzakenyér (1) Savanyú káposzta					Rizsital /Alpro/ Nosztalgia párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Házi növényi sajtkrém /Violife/ Búzakenyér (1) Kígyóborka					Rizsital /Alpro/ Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Gyümölcstea Tonhalkrém /Rio Mare/ (6),(8) Búzakenyér (1) Kígyóborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	154,00	2,90	0,14	5,85	24,23	298,60	9,48	0,95	5,15	47,00	301,00	9,48	1,09	4,83	48,58	275,20	6,59	0,95	6,45	47,28	218,90	9,40	1,09	7,34	24,27
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)		5,00	0,18	10,38	(1), (4)		0,00	0,02	241,80	(1)		0,00	0,02	242,70	(1)		0,00	0,35	241,40	(1), (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) szeszamag, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfűt, (14) puhatestűek.

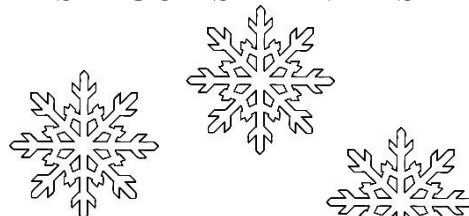
2025. November 24. – November 28.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egysített Bölcsődevezető



48. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK					
REGGELI	Gyümölcs tea Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Citromos tea Házi növényi sajtkrém /Violife/ Német zsemle (1) Póréhagyma					Gyümölcs tea Sült paprikakrém Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélparadicsom					Rooibos tea Házi tökmagvas csirkemájkrém (6) Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika					Gyümölcs tea Sárgabaracklekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	167,70	3,56	1,09	4,43	27,59	209,00	7,53	1,09	3,09	30,29	147,60	1,13	0,00	3,88	28,73	182,00	4,20	1,09	7,87	26,14	171,60	3,57	1,09	4,49	28,34
	Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		8,50	0,02	3,78	(1)		5,00	0,02	7,74	(1)		5,00	0,20	9,43	(1), (6)		5,00	1,02	33,93	(1)	5,00	0,02	3,78	
TÍZÓRAI	Házi banános rizstejturmix					Házi szamócás smoothie rizstejjel					Ananászlé /Happy Day 100%-os/					Házi trópusi rizstejturmix					Kajszi baracklé /Sió/					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	130,60	1,58	0,00	0,27	28,33	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)	-	1,00	0,00	213,55		-	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	Párolt pulykamell Cukkini főzelék (1) /Alpro rizsital/ Alma					Csirkepaprikás rizstejjel sűrítve /Alpro/ (1) Durumtészta köret (1) /Gyermelyi, Tojásmentes/ Narancs					Párolt pulykamell Sóskamártás (1) /Alpro rizsital/ Főtt burgonya Banán					Sült sertéskaraj Süttőtök főzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Körte					Halpogácsa (1),(8) /Tojásmentes/ Karfiolfőzelék (1) /Alpro rizsital/ Alma					
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	248,10	10,94	0,00	14,64	31,35	265,50	7,00	0,00	5,93	42,59	424,10	12,09	0,00	16,79	58,81	379,00	11,32	0,00	16,60	49,75	260,50	7,25	0,03	18,12	28,45
	Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		0,00	1,97	111,70	(1)		0,00	1,97	63,42	(1)			5,00	2,06	217,87	(1)		0,00	1,97	86,89	(1), (8)		0,00	1,47
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Sertéspárizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Rizsital /Alpro/ Lazackrém /Rio Mare/ (6),(8) Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Rizsital /Alpro/ Házi növényi sajtkrém /Violife/ Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Szicíliai sonka /Tauris/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	303,80	9,50	1,09	4,70	48,40	282,30	8,23	2,14	6,63	44,99	284,50	8,29	1,42	6,35	45,59	303,80	9,50	1,09	4,70	48,40	282,80	7,22	0,95	7,02	47,16
	Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		0,00	0,02	241,80	(1), (4)		0,00	0,02	242,70	(1), (6), (8)			0,00	0,04	241,40	(1)		0,00	0,02	241,80	(1)	0,00	0,17	247,50

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) csillagfürt, (14) puhatestűek.

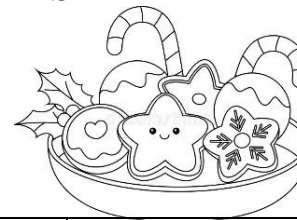
2025. December 01. – December 05.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES 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					PÉNTEK				
REGGELI	Rizsital /Alpro/ Csipkebogyólekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Német zsemle (1)					Rooibos tea Sonka szelet /Kométa/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Gyümölcs tea Sonkakrém /Efef/ Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Citromos tea Sárgarépa lencsekrém (6) Német zsemle (1) Póréhagyma					Rizsital /Alpro/ Gabonapehely (1) /Nestlé Nesquik/				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	276,10	5,79	1,09	3,10	52,44	176,50	4,64	1,09	7,97	23,86	174,40	3,89	1,09	8,75	24,24	161,90	0,88	0,14	4,38	30,42	203,80	3,12	0,00	2,12	41,24
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	0,02	240,00		(1)	5,00	0,17	11,28		(1)	5,00	0,02	5,18		(1), (6)	5,00	0,52	14,43		(1)	0,00	0,00		240,00
TÍZÓRAI	Körtés almale /Sió/					Házi málnás smoothie rizstejjel					Házi barackos rizstejtermix					Gyümölcsös smoothie rizstejjel					Gyümölcslé 100% /HohesC Plusz Fókusz/				
Energia cKcal./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	129,70	1,59	0,00	0,50	29,23	108,50	1,58	0,00	0,45	23,10	66,00	0,00	0,00	0,00	15,00
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	0,00	0,00	0,00		-	0,00	0,00	180,00		-	2,00	0,01	180,00		-	0,00	0,00	182,48		-	0,00	0,00		0,00
EBÉD	Párolt csirkecomb Paradicsomos káposztafőzelék (1) Mandarin					Májpudding (1) /Tojásmentes/ Zöldborsófőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Banán					Sertésbeccsináltleves /Alpro rizsital/ (1),(5) Gyümölcsös rizstejberizs					Csirke apróhús Cékla főzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Banán					Csöbentsült brokkoli /Alpro rizsital/ (1) Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	224,80	7,52	0,00	4,47	32,78	277,70	3,15	0,03	16,49	40,27	441,20	9,58	0,00	15,05	76,04	258,00	4,22	0,00	15,31	37,07	214,00	8,11	1,10	13,79	18,59
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	1,49	58,64		(1)	0,00	0,98	196,69		(1), (5)	5,00	0,39	234,55		(1)	0,00	0,98	160,72		(1)	0,00	1,04		29,67
UZSONNA	Gyümölcs tea Baromfi párizsi /Finonimo/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Savanyú káposzta					Kakaós rizsital /Holland, Alpro/ Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélparadicsom					Rizsital /Alpro/ Pulykamell sonka /Kométa/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Gyümölcs tea Házi növényi sajt krém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	203,80	7,48	2,15	5,65	26,78	265,90	5,66	1,09	4,68	48,57	311,80	9,98	0,95	3,68	51,44	275,20	6,00	1,09	8,90	45,00	215,00	7,88	0,95	3,51	30,74
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)	5,00	0,42	10,38		(1)	3,50	0,02	240,00		(1)	0,00	0,02	240,00		(1)	0,00	0,02	241,80		(1)	5,00	0,02		6,58

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) kén-dioxid, szulfid, (13) csillagfűt, (14) puhatestűek.