

2025. December 08. – December 12.

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					SZOMBAT				
REGGELI	Tej (2) Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rooibos tea Házi tökealmájkrém (6),(8) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Tej (2) Natúr vajkrém /Tolle/ (2) Kiskifli (1),(2) Póréhagyma					Citromos tea Kapros túrókrém (2) Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika					Citromos tea Házi tökmagvas csirkehúskrém (6) Német zsemle (1) Fürtös paradicsom					Tej (2) Teavaj (2) Kalács (1),(2),(3)				
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	223,90	7,76	1,09	8,82	217,30	7,92	2,04	6,71	26,78	26,98	243,80	12,78	0,11	7,52	24,44	162,60	2,65	0,84	7,26	25,26	217,30	7,92	2,04	6,71	26,78	297,80	16,40	2,78	8,30
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		3,50	0,02	180,00	(1), (6)		5,00	0,05	9,12	(1), (2)		0,00	0,00	183,96	(1), (2)		5,00	0,10	25,08	(1), (6)		5,00	0,05	9,12	(1), (2), (3)		0,00	0,00	182,50
TÍZÓRAI	Áfonyás smoothie (2)					Meggy-szilva-almalé /Sió/					Házi trópusi tejturmix (2)					Multivitamin 100%-os /Happy Day/					Banános smoothie (2)					Actimel (2)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	148,60	4,29	0,00	4,77	120,10	4,20	0,00	4,50	15,43	12,00	120,10	4,20	0,00	4,50	16,05	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	120,10	4,20	0,00	4,50	15,43	76,00	1,50	0,00	2,80	12,00
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)	5,00		0,04	210,20	(2)	1,00	0,00	213,55		(2)	1,00	0,00	180,00		-	0,00		0,00	0,00		(2)	1,00	0,00	213,55		(2)	0,00		120,00
EBÉD	Főtt tojás (3) Parajfőzelék (1),(2) Alma					Grill csirkecomb Kelkáposztafőzelék (1) Narancs					Pulykaraguleves (1),(2),(5) Túrógombóc tejfölös öntettel (1),(2),(3) /Típegő: Pulykapecsenye, Kertészfőzelék (1),(2)/ Banán					Csirkevagdalt (1),(3) Paradicsomos burgonya-főzelék (1) Alma					Sertéspecsenye Karfiolfőzelék (1),(2) Mandarin					Tejbedara (1),(2) Kakaós szórat /Holland/				
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	251,70	11,55	0,00	13,42	20,19	219,20	10,20	0,00	5,04	24,15	757,20	36,38	11,20	34,45	67,76	400,60	11,57	0,03	17,50	53,66	328,90	15,75	2,80	19,20	24,24	204,80	2,83	0,00	5,35
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)		0,00	0,98	82,53	(1)		0,00	0,98	77,96	(1), (2), (3), (5)		15,00	1,24	292,26	(1), (3)		5,00	1,10	27,03	(1), (2)		0,00	1,00	144,00	(1), (2)		15,00	0,00	124,75
UZSONNA	Gyümölcsstea Juhtúrós körözött (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpáradicsom					Tej (2) Pulykamell sonka/Kométa/ Vénusz margarin /Típegő: Sonkakrém/ Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Gyümölcsstea Borjómájás /Pick/ (2),(4) Búzakenyér (1) Savanyú káposzta					Tej (2) Nosztalgia párizsi/Pick/(4) Vénusz margarin /Típegő: Párizsikrém/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Tej (2) Mozzarella sajt szelet (2) Vénusz margarin /Típegő.: Sajtkrém (2)/ Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Gyümölcsstea Sonka szelet /Efef/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Paradicsom				
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	180,80	4,49	1,40	5,45	27,72	230,60	8,09	1,09	13,14	25,67	194,80	6,80	2,74	7,05	24,42	253,80	11,56	0,95	9,42	27,62	269,40	12,19	3,95	13,94	25,47	171,50	4,02	1,09	7,30
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		5,00	0,11	42,15	(1), (2)		0,00	0,02	181,40	(1), (2), (4)		5,00	0,36	10,38	(1), (2), (4)		0,00	0,02	182,70	(1), (2)		0,00	0,32	181,40	(1)		5,00	0,35	5,58

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

2025. December 15. – December 19.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

51. hét

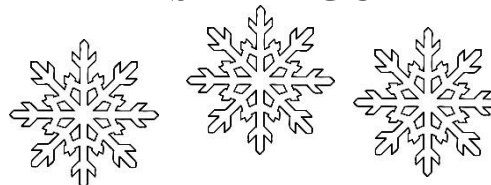


ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Tej (2) Teavaj /Ammerland/ (2) Kalács (1),(2),(3)					Citromos tea Magyaros vajkrém /Tolle/(2) Búza kenyér (1) Póréhagyma					Gyümölcs tea Házi csirkemájkrém (6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Vajretek					Tej (2) Gabonapehely (1) /Nestlé Nesquik/ /Tipegő: Vaníliás zabkása (1),(2)/					Rooibos tea Tepsis bundás kenyér (1),(2),(3) /Tipegő: Tojáskrém (3),(6), Búza kenyér (1)/ Koktélpáradicsom				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	297,80	16,40	2,78	8,30	28,26	155,00	3,10	1,84	5,04	24,87	186,30	4,66	0,95	6,57	27,56	161,80	5,22	0,00	6,26	21,69	283,70	13,18	2,94	13,53	26,14
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	0,00	0,00	182,50		(1), (2)	5,00	0,11	7,74		(1), (6)	5,00	1,02	31,13		(1), (2)	0,00	0,00	180,00		(1), (2), (3)	5,00	0,71	158,15	
TÍZÓRAI	Házi barackos tejtermék (2)					Almalé 100%-os /Sió/					Actimel (2)					Gyümölcslé 100% /Immun Power HD/					Szamócás smoothie (2)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	109,70	4,21	0,00	4,68	13,87	66,80	0,08	0,00	0,08	16,13	76,00	1,50	0,00	2,80	12,00	73,50	0,75	0,00	0,75	16,50	140,50	3,55	0,00	4,15	21,96
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(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		(2)	5,00	0,00	183,55	
EBÉD	Vagdalt szelet (1),(3) Tökfőzelék (1),(2) Alma					Olaszos csirkés penne sajttal (1),(2),(3) /Tipegő: Párolt csirkemell, Sárgarépa főzelék (1),(2)/ Banán					Sajtfelfújt (1),(2),(3) Finomfőzelék (1),(2) Mandarin					Sertés apróhús Sütőtökfőzelék (1),(2) Banán					Párolt csirkecomb Brokkolifőzelék (1),(2) Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	324,90	13,66	2,83	14,50	34,02	432,40	14,77	0,00	27,49	44,69	352,70	12,13	2,53	16,43	43,55	373,70	12,18	0,70	15,62	47,05	157,20	4,27	0,82	5,89	21,13
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	0,00	0,61	101,49		(1), (2)	0,00	1,91	309,62		(1), (2), (3)	0,00	1,05	148,98		(1), (2)	0,00	1,49	136,47		(1), (2)	0,00	2,02	59,84	
UZSONNA	Gyümölcs tea Sertéspárizsi /Pick/(4) Vénusz margarin /Tipegő: Párizsikrém/ Búza kenyér (1) Kígyóúrborka					Tej (2) Házi csicseriborsókrém (6) Német zsemle (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Kemencés sonka /Kométa/ Vénusz margarin /Tipegő: Sonkakrém/ Búza kenyér (1) Fürtös paradicsom					Gyümölcs tea Tonhalkrém /Rio Mare/ (6),(8) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóúrborka					Tej (2) Reszelt sajtkrém (2) /Trappista/ Kiskifli (1),(2) Zöldpaprika				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	184,00	6,12	2,14	6,38	24,01	221,30	5,22	0,14	8,40	32,72	205,60	5,40	0,38	12,44	25,25	226,90	9,88	0,95	6,14	26,59	241,50	11,67	1,06	10,64	23,09
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)	5,00	0,02	6,48		(1), (2), (6)	0,00	0,52	186,68		(1), (2)	0,00	0,36	181,80		(1), (6), (8)	5,00	0,21	7,85		(1), (2)	0,00	0,17	271,40	

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.



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	Tej (2) Szamócalekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Kiskifli (1),(2)					Rooibos tea Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin /Tipegő: Tojáskrém (3),(6)/ Német zsemle (1) Kigyóuborka					Áldott, békés karácsonyi ünnepeket kívánunk!		
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	209,10	7,79	1,06	6,83	27,43	189,00	6,10	1,09	6,17	26,03			
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		0,00	0,02	180,00	(1), (3)		5,00	0,02	14,48			
TÍZÓRAI	Banános smoothie (2)					Körtelé /Sió/							
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	120,10	4,20	0,00	4,50	15,43	58,50	0,00	0,00	0,00	13,50			
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)	1,00	0,00	213,55	-	0,00	0,00	0,00					
EBÉD	Panírozott tökehalfilé /100%-os színfilé/ (1),(8) /Tipegő: Párolt halfilé (8)/ Burgonyapüré (2) Alma					Párolt csirkemell Zöldborsófőzelék (1),(2) Narancs							
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	344,90	14,77	0,54	11,67	39,63	257,80	4,32	0,00	23,82	24,95			
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (8)		0,00	1,71	47,81	(1), (2)		0,00	1,47	129,91			
UZSONNA	Tej (2) Pannónia sajt szelet (2) Vénusz margarin /Tipegő: Sajtkrém (2)/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Tej (2) Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin /Tipegő: Sonkkrém/ Kiskifli (1),(2) Fürtös paradicsom							
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	289,80	13,87	4,75	13,14	27,69	209,10	8,20	1,06	9,64	22,84			
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		0,00	0,17	181,40	(1), (2)		0,00	0,35	181,80			

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) szeszamag, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfít, (13) csillagfürt, (14) puhatestűek.