

2026. Február 02. – Február 06.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

Diétás étkeztetést biztosítunk a 37/2014. (IV. 30.) EMMI rendelet 9. 15 § (1a) szerint

Egyesített Bölcsődevezető



06. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Kakaó /Holland/ Teavaj /Ammerland/ (2) Kalács (1),(2),(3)					Gyümölcstea Csicseriborsókrém (6) Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Rooibos tea Tonhalkrém /Rio Mare/ (6),(8) Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Gyümölcstea Zöldfűszeres vajkrém /Tolle/ (2) Kiskifli (1),(2) Kigyóborka					Csipkebogyótea Körözött juhtúróval (2) Német zsemle (1) Tricolor paprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	346,30	17,80	2,78	9,80	35,61	160,70	0,89	0,14	5,38	28,18	230,20	10,118	0,99	6,26	26,63	160,10	5,72	0,11	3,09	22,49	170,40	4,13	1,54	4,90	27,05
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	5,00	0,00		242,50	(1), (6)	5,00	0,52		9,46	(1), (6), (8)	5,00	0,22	6,55		(1), (2)	5,00	0,00		6,48	(1), (2)	5,00	0,11		39,63
TÍZÓRAI	Házi trópusi tejtermék (2),(12)					Farsangi fánk baracklekvárral (1),(2),(3) /Százszorszép/					Actimel (2)					Multivitamin /Happy Day 100%/					Házi szamócás smoothie (2)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	120,10	4,20	0,00	4,50	15,74	362,90	7,98	0,00	8,93	61,84	76,00	1,50	0,00	2,80	12,00	65,50	0,10	0,00	0,10	16,70	144,60	3,55	0,00	4,15	22,96
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)	1,00	0,00		196,78	(1), (2), (3)	12,50	1,00		47,71	(2)	0,00	0,00	120,00		-	0,00	0,00	0,00		(2)	6,00	0,00		183,55
EBÉD	Párolt pulykamell Karfiolfőzelék (1),(2) Narancs					Reszelt sajt (2) Finomfőzelék (1),(2) Banán					Magyaros kiskagyló (1),(3) /Tipegő: Sertés apróhús, Céklafőzelék (1),(2)/ Mandarin					Csirkevagdalt szelet (1),(3) Kelkáposztafőzelék (1) Alma					Sült sertéskaraj Sütlőtkfőzelék (1),(2) Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	306,00	15,45	2,80	16,81	21,43	288,30	9,15	0,00	13,26	36,41	310,00	10,53	0,00	15,51	35,56	305,20	11,34	0,03	16,62	32,10	386,10	13,29	0,70	17,83	45,36
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	1,49		157,19	(1), (2)	0,00	0,79		277,69	(1), (3)	0,00	0,49	40,61		(1), (3)	0,00	0,59	56,77		(1), (2)	0,00	1,98		134,56
UZSONNA	Citromos tea Kenőmájás /Nádudvar/(4) Teljes kiőrlésű bagett (1) Jégcsapretek					Tej (2) Borjúpárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin /Tipegő: Párizsikrém/ Kiskifli (1),(2) Kaliforniai paprika					Tej (2) Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin /Tipegő: Tojáskrém (3),(6)/ Német zsemle (1) Vajretek					Tej (2) Karfiolos sajtkrém (2) Búzakenyér (1) Póréhagyma					Tej (2) Debreceni sonka /Kaiser/ Vénusz margarin /Tipegő: Sonkakrém/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélparadicsom				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	162,20	3,37	0,00	4,62	26,75	230,00	10,93	2,35	8,70	23,78	245,70	10,30	1,09	10,59	27,39	230,30	7,43	0,14	12,37	27,52	233,80	8,41	1,01	10,15	28,89
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)	5,00	0,18		7,44	(1), (2), (4)	0,00	0,35		182,80	(1), (2), (3)	0,00	0,02	188,00		(1), (2)	0,00	0,49	198,09		(1), (2)	0,00	0,36		180,00

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

Az étrend az ételsorokként megjelölt allergéneket tartalmazza: (1) glutén, (2) tej, (3) tojás, (4) szója, (5) zeller, (6) mustár, (7) moggyoró, (8) hal, (9) diófélék, (10) szeszámag, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfűt, (14) puhatestűek.

2026. Február 09. – Február 13.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

Diétás étkeztetést biztosítunk a 37/2014. (IV. 30.) EMMI rendelet 9. 15 § (1a) szerint

Egyesített Bölcsődevezető



07. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Rooibos tea Csurgatott méz Vénusz margarin Német zsemle (1)					Gyümölcstea Padlizsánkrém (3),(6) Búzákenyér (1) Tricolor paprika					Citromos tea Főtt virsli /Sága/ Kiskifli (1),(2) Ketchup /Heinz/ (5)					Rooibos tea Csipkebogyólekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Német zsemle (1)					Gyümölcstea Házi tökmagvas csirkehúskrém (6) Búzákenyér (1) Fürtös paradicsom				
Energia kCal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	170,70	3,69	1,09	2,80	29,71	203,90	7,76	2,05	5,11	26,46	210,10	8,55	3,39	7,70	23,84	177,90	3,69	1,09	2,85	31,46	214,30	7,79	2,04	8,35	24,66
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	8,05	0,02	3,78		(1), (3), (6)	5,00	0,07	8,27		(1), (2), (5)	5,00	0,98	3,78		(1)	5,00	0,02	3,78		(1), (6)	5,00	0,05	9,12	
TÍZÓRAI	Házi banános smoothie (2)					Farsangi fánk baracklekvárral (1),(2),(3) /Pitypang/					Házi barackos tejturmix (2),(12)					Szőlőlé /Sió/					Házi málnás smoothie (2)				
Energia kCal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	120,10	4,20	0,00	4,50	15,43	362,90	7,98	0,00	8,93	61,84	117,70	4,21	0,00	4,68	15,87	61,50	0,75	0,00	0,00	14,85	142,60	3,65	0,00	4,35	21,61
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)	1,00	0,00	213,55		(1), (2), (3)	12,50	1,00	47,71		(2), (12)	2,00	0,01	180,57		-	0,00	0,00	0,00		(2)	6,00	0,00	183,55	
EBÉD	Csőbensült burgonya tonhallal (1),(2),(3),(8) /Tipegő: Párolt hal (8), Burgonyapüré (2)/ Narancs					Sertéspecsenye Tökfőzelék (1),(2) Banán					Citromos-kapros csirkés karfiollevés (1),(2),(5) Tejbedara kakaós szóráttal (1),(2) /Holland/ /Tipegő: Párolt csirkemell, Karfiolfőzelék (1),(2) Alma/					Zabpelyhes húsgombóc /Pulykamell/ (1),(3) Karalábefőzelék (1),(2) Banán					Tojáspuffancs (1),(3) Parajfőzelék (1),(2) Mandarin				
Energia kCal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	536,20	31,86	3,60	20,57	40,38	336,30	13,75	2,80	14,77	35,21	344,90	10,15	1,75	17,88	42,59	418,00	8,11	1,89	21,68	61,13	356,10	15,62	0,03	15,91	35,25
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3), (8)	0,00	1,51	239,31		(1), (2)	0,00	1,00	159,20		(1), (2), (5)	15,00	1,51	150,78		(1), (2), (3)	0,00	1,49	318,82		(1), (2), (3)	0,00	1,49	126,96	
UZSONNA	Tej (2) Trappista sajtkrém (2) Búzákenyér (1) Kígyóuborka					Tej (2) Magyaros vajkrém /Tolle/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kóktélpáradicsom					Tej (2) Kapros túrókrém (2) Búzákenyér (1) Kígyóuborka					Tej (2) Sonka szelet /Kométa/ Vénusz margarin /Tipegő: Sonkakrém/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Kockasajt /Medve/ (2) Kiskifli (1),(2) Póréhagyma				
Energia kCal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	259,90	11,68	1,09	12,72	25,39	246,00	10,28	0,00	8,38	29,25	214,60	6,83	0,84	11,53	25,87	242,00	8,88	1,19	11,50	28,57	216,00	8,78	2,71	9,46	24,38
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,17	272,70		(1), (2)	0,00	0,00	180,00		(1), (2)	0,00	0,10	201,20		(1), (2)	0,00	0,38	182,80		(1), (2)	0,00	0,40	267,96	

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.

2026. Február 16. – Február 20.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

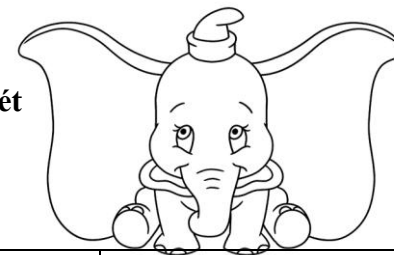
Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

Dietetikus étkezést biztosítunk a 37/2014. (IV. 30.) EMMI rendelet 9. 15 § (1a) szerint

Egyesített Bölcsődevezető



08. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Tej (2) Cini-Minis gabonapehely (1) /Típegő: Csurgatott méz, Vénusz margarin, Búzakenyér (1)/					Rooibos tea Tepsis bundás kenyér (1),(2),(3) /Típegő: Tojáskrém (3),(6), Búzakenyér (1)/ Zöldpaprika					Gyümölcstea Lazackrém (6),(8) /Rio Mare/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Vajretek					Csipkebogyótea Fokhagymás vajkrém /Tolle/ (2) Búzakenyér (1) Tricolor paprika					Citromos tea Sertéspárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin /Típegő: Párizsikrém/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpáradicsom				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	210,00	7,29	0,33	6,33	29,07	281,10	13,17	2,94	13,45	25,64	194,60	6,66	1,28	4,96	26,81	166,20	4,49	0,14	4,81	24,79	212,90	8,48	2,29	5,63	26,84
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	7,47	0,00	180,00		(1), (2), (3)	5,00	0,71	159,55		(1), (6), (8)	5,00	0,04	3,78		(1), (2)	5,00	0,05	3,78		(1), (4)	5,00	0,26	3,78	
TÍZÓRAI	Házi málnás tejturmix (2)					Narancslé 100%-os /Happy Day/					Actimel (2)					Almalé 100%-os /Hohes C/					Házi trópusi smoothie (2),(12)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	136,10	4,35	0,00	5,10	17,78	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	76,00	1,50	0,00	2,80	12,00	64,50	0,00	0,00	0,00	15,10	120,10	4,20	0,00	4,50	15,74
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)	1,00	0,00	213,55		-	0,00	0,00	0,00		(2)	0,00	0,00	120,00		-	0,00	0,00	0,00		(2), (12)	1,00	0,00	196,78	
EBÉD	Sonkaropogós (1),(3) Brokkolifőzelék (1),(2) Alma					Temesvári csirkeragu (1),(2) Párolt basmati rizs /Típegő: Főtt burgonya/ Banán					Párolt sertéscomb Mexikói főzelék (1),(2) Narancs					Tejszínes-sajtos pulykamell csíkok (1),(2) Orsó tészta /Gyermelyi/(1),(3) /Típegő: Burgonyapüré (2)/ Banán					Sertés apróhús Céklafőzelék (1),(2) Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	261,90	9,46	0,85	18,12	23,65	385,40	11,66	2,10	18,15	52,25	324,10	11,80	1,40	17,23	31,94	443,90	19,38	2,10	21,08	43,04	265,90	10,51	0,00	15,03	25,69
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	0,00	2,53	96,36		(1), (2)	0,00	1,98	150,29		(1), (2)	0,00	1,01	131,37		(1),(2),(3)	0,00	2,21	199,63		(1), (2)	0,00	0,98	110,34	
UZSONNA	Tej (2) Edámi sajt szelet (2) Vénusz margarin /Típegő: Edámi sajtkrém/ Német zsemle (1) Jégcsapretek					Tej (2) Tavaszi túrókrém (2) /Sárgarépa, lilahagyma, jégpretek/ Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Tej (2) Házi kakaós csiga (1),(2),(3)					Tej (2) Házi csirkemájkrém (6) Német zsemle (1) Kígyóuborka					Tej (2) Vaníliás krémtúró /Mia/ (2) Vénusz margarin Kiskifli (1),(2)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	277,40	12,52	4,09	12,58	27,99	235,30	7,60	1,33	11,80	28,00	223,10	7,22	0,00	9,13	29,87	237,00	8,51	1,09	10,50	28,86	342,70	12,24	1,06	14,42	43,33
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,42	343,66		(1), (2)	0,00	0,11	212,43		(1), (2), (3)	2,50	0,10	215,52		(1),(2),(6)	0,00	1,02	210,05		(1), (2)	0,00	0,17	180,00	

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.

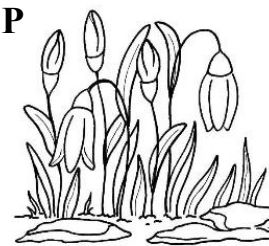
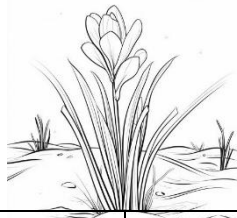
2026. Február 23. – Február 27.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

Diétás étkeztetést biztosítunk a 37/2014. (IV. 30.) EMMI rendelet 9. 15 § (1a) szerint

Egyesített Bölcsődevezető



09. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Gyümölcsstea Szamócalekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Csipkebogyótea Házi lilahagymás-sajtkrém túrókrém (2) Német zsemle (1) Vajretek					Rooibos tea Tojáskrém (3),(6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpáradicsom					Gyümölcsstea Házi csirkehúskrém (6) Búzakenyér (1) Kígyóborka					Tej (2) Teavaj /Ammerland/ (2) Kakaós kalács (1),(2),(3)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	171,50	3,58	1,09	4,49	28,34	168,00	2,60	0,14	5,98	27,95	183,60	5,52	0,95	5,36	26,73	173,50	3,74	1,09	8,40	24,64	293,00	15,12	0,00	8,10	29,98
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,02	3,78		(1), (2)	5,00	0,00	22,14		(1), (3), (6)	5,00	0,11	8,58		(1), (6)	5,00	0,12	10,45		(1), (2), (3)	0,00	0,60	182,50	
TÍZÓRAI	Házi banános smoothie (2)					Körtelé /Sió/					Házi barackos smoothie (2),(12)					Ananászlé 100%-os /Happy Day/					Házi szamócás tejtermék (2)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	120,10	4,20	0,00	4,50	15,43	63,00	0,15	0,00	0,15	18,00	117,70	4,21	0,00	4,68	15,87	81,00	0,15	0,00	0,60	18,45	144,60	3,55	0,00	4,15	22,96
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)	1,00	0,00	213,55		-	0,00	0,02	0,00		(2), (12)	2,00	0,01	180,57		-	0,00	0,00	0,00		(2)	6,00	0,00	183,55	
EBÉD	Sajtropogós (1),(2),(3) Zöldborsófőzelék (1),(2) Alma					Májgaluskaleves (1),(3),(5) Meggyes-mákos kevert sütemény (1),(2),(3),(12) /Tipegő: Párolt máj, Burgonyapüré (2), Alma/					Sertéssült Páradicsomos káposztafőzelék (1) Banán					Párolt csirkemell Royalfőzelék (1),(2) Narancs					Halpogácsa sütőben sütvé (1),(3),(8) Édesburgonyapüré (2) Banán				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	368,60	13,63	0,03	19,31	37,65	439,30	16,42	1,40	16,13	54,12	348,90	15,28	0,00	15,87	33,36	216,20	4,49	0,15	19,95	20,34	374,00	10,05	0,03	15,64	51,01
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	0,00	0,90	274,84		(1),(2),(3),(5),(12)	17,50	0,13	192,58		(1)	5,00	1,48	107,69		(1), (2)	0,00	1,59	129,21		(1),(2),(3),(8)	0,00	2,96	105,33	
UZSONNA	Tej (2) Sült pulykamellsonka /Kométa/ Vénusz margarin /Tipegő: Sonkakrém/ Kiskifli (1),(2) Páradicsom					Tej (2) Natúr vajkrém /Tolle/ (2) Búzakenyér (1) Kígyóborka					Tej (2) Vöröslencsekrém (6) Német zsemle (1) Zöldpaprika					Tej (2) Nosztalgia párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin /Tipegő: Párizsi krém/(4) Kiskifli (1),(2) Savanyú káposzta					Citromos tea Mozzarella sajt szelet (2) Vénusz margarin /Tipegő: Sajtkrém/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	214,60	8,08	1,06	10,99	23,11	234,60	9,78	0,14	9,51	26,19	224,00	5,12	0,14	9,03	33,02	229,40	11,08	1,06	8,64	23,30	225,20	8,48	3,81	8,51	27,14
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,02	181,80		(1), (2)	0,00	0,00	182,70		(1), (2), (6)	0,00	0,52	188,09		(1), (2), (4)	0,00	0,02	186,60		(1), (2)	5,00	0,32	6,58	

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.