

2026. Február 02. – Február 06.

PARADICSOMMENTES 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)					Gyümölcsstea Csicseriborsókrém (6) Búzakenyér (1) Kígyóborka					Rooibos tea Tonhalkrém /Rio Mare/ (6),(8) Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Gyümölcsstea Zöldfűszeres vajkrém /Tolle/ (2) Kiskifli (1),(2) Kígyóborka					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	157,90	0,86	0,14	5,51	28,35	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		10,36	(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) Mandarin					Csirkevagdalt szelet (1),(3) Kelkáposztafőzelék (1) Alma					Sült sertéskaraj Sütőtökfőzelék (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 Kenőmájas /Nádudvar/(4) Teljes kiőrlésű bagett (1) Jégcsapretek					Tej (2) Borjúpárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Kiskifli (1),(2) Kaliforniai paprika					Tej (2) Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin Német zsemle (1) Vajretek					Tej (2) Karfiolos sajtkrém (2) Búzakenyér (1) Póréhagyma					Tej (2) Debreceni sonka /Kaiser/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka				
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	231,00	8,39	1,01	10,10	28,34
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		182,70

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 09. – Február 13.

PARADICSOMMENTES 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) Búza kenyér (1) Tricolor paprika					Citromos tea Főtt virsli /Sága/ Kiskifli (1),(2) Mustár /Heinz/ (6)					Rooibos tea Csipkebogyólekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Német zsemle (1)					Gyümölcstea Házi tökmagvas csirke húskrémmel (6) Búza kenyér (1) Kígyóborka				
Energia cKcal./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	199,90	8,54	3,39	7,58	21,52	177,90	3,69	1,09	2,85	31,46	211,50	7,76	2,04	8,48	24,84
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), (6)		5,00	0,80	3,78	(1)		5,00	0,02	3,78	(1), (6)		5,00	0,05	10,02
TÍZÓRAI	Házi banános smoothie (2)					Farsangi fánk baracklekvárral (1),(2),(3) /Pitypang/					Házi barackos tejturmix (2),(12)					Szőlőlé /Sió/					Házi málnás smoothie (2)				
Energia cKcal./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) Narancs					Sertésspeccsenye Tökfőzelék (1),(2) Banán					Citromos-kapros csirkés karfiol leves (1),(2),(5) Tejbedara kakaós szóráttal (1),(2) /Holland/					Zabpelyhes húsgombóc /Pulykamell/ (1),(3) Karlalábefőzelék (1),(2) Banán					Tojás pufancs (1),(3) Parajfőzelék (1),(2) Mandarin				
Energia cKcal./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) Búza kenyér (1) Kígyóborka					Tej (2) Magyaros vajkrém /Tolle/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Póréhagyma					Tej (2) Kapros túrókrém (2) Búza kenyér (1) Kígyóborka					Tej (2) Sonka szelet /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Kockasajt /Medve/ (2) Kiskifli (1),(2) Póréhagyma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	259,90	11,68	1,09	12,72	25,39	246,40	10,28	0,00	8,47	29,28	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	183,96	(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.

PARADICSOMMENTES ÉTLAP

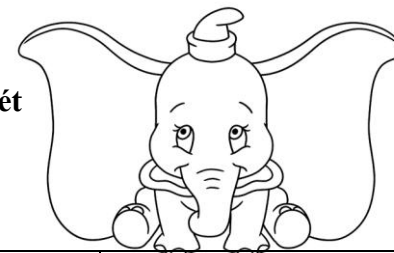
Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

Dietetikus étkeztetést 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)					Rooibos tea Tepsis bundás kenyér (1),(2),(3) Zöldpaprika					Gyümölcs tea Lazackrém (6),(8) /Rio Mare/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Vajretek					Csipkebogyó tea Fokhagymás vajkrém /Tolle/ (2) Búzakenyér (1) Tricolor paprika					Citromos tea Sertéspárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka				
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	210,10	8,46	2,29	5,58	26,29
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	6,48	
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 Banán					Párolt sertéscomb Mexikói főzelék (1),(2) Narancs					Tejszínes-sajtos pulykamell csíkok (1),(2) Orsó tészta /Gyermelyi/(1),(3) Banán					Sertés apróhús Cékla főzelék (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 Német zsemle (1) Jégcsapretek					Tej (2) Tavaszi túrókrém (2) /Sárgarépa, lilahagyma, jégretek/ Búzakenyér (1) Kígyóborka					Tej (2) Házi kakaós csiga (1),(2),(3)					Tej (2) Házi csirkemájkrém (6) Német zsemle (1) Kígyóborka					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	232,50	7,57	1,33	11,93	28,17	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	213,33		(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 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, (13) szulfid, (14) csillagfű, (15) puhatestűek.

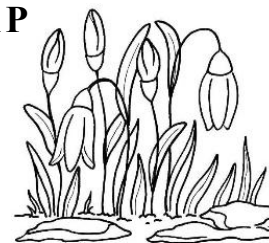
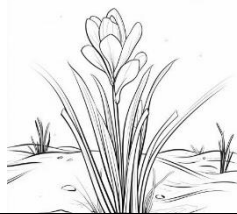
2026. Február 23. – Február 27.

PARADICSOMMENTES 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 Búza kenyér (1)					Csipkebogyótea Házi lilahagymás-sajtkrém túrókrém (2) Német zsemle (1) Vajretek					Rooibos tea Tojáskrém (3),(6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Gyümölcsstea Házi csirkehúskrém (6) Búza kenyér (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	181,00	5,51	0,95	5,28	26,23	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	9,98		(1), (6)	5,00	0,12	10,45		(1), (2), (3)	0,00	0,60	182,50	
TÍZÓRAI	Házi banános smoothie (2)					Körtelék /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)					Sertéssült Édeskáposzta főzelék (1),(2) Banán					Párolt csirkemell Royalfőzelék (1),(2) Narancs					Halpogácsa sütőben sütve (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	379,90	17,89	1,40	17,43	33,63	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),(2)	0,00	1,97	150,33		(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 Kiskifli (1),(2) Zöldpaprika					Tej (2) Natúr vajkrém /Tolle/ (2) Búza kenyér (1) Kígyóborka					Tej (2) Vöröslencsekrém (6) Német zsemle (1) Zöldpaprika					Tej (2) Nosztalgia párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Kiskifli (1),(2) Savanyú káposzta					Citromos tea Mozzarella sajt szelet (2) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	212,00	8,07	1,06	11,09	23,33	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	181,40		(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.