

2026. Február 02. – Február 06.

SERTÉSHÚSMENTES 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 tejturmix (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) /Pulykamell/ Mandarin					Csirkevagdalt szelet (1),(3) Kelkáposztafőzelék (1) Alma					Sült pulykamell 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	352,90	8,21	0,00	20,85	46,02	305,20	11,34	0,03	16,62	32,10	368,70	12,93	0,70	15,20	44,56
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	40,89	(1), (3)		0,00	0,59	56,77	(1), (2)		0,00	1,98	132,99
UZSONNA	Citromos tea Csirkemell sonkakrém /Efef/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Jégcsapretek					Tej (2) Pulykamell sonka /Kométa/ 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) Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélparadicsom				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	179,20	4,49	0,95	6,27	26,80	216,00	8,08	1,06	11,25	24,11	245,70	10,30	1,09	10,59	27,39	230,30	7,43	0,14	12,37	27,52	241,20	8,58	0,95	1202	28,49
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,35		7,44	(1), (2)	0,00		0,02	182,80	(1), (2), (3)	0,00		0,02	188,00	(1), (2)	0,00		0,49	198,09	(1), (2)	0,00		0,02	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.

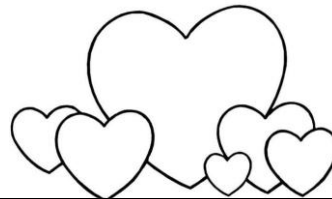
2026. Február 09. – Február 13.

SERTÉSHÚSMENTES 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 Csirkemell sonkakrém Kiskifli (1),(2) Paradicsom					Rooibos tea Csipkebogyólekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Német zsemle (1)					Gyümölcstea Házi tökmagvas csirke húskrém (6) Búza kenyér (1) Fürtös paradicsom				
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	152,90	4,00	1,06	5,25	21,41	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)	5,00	0,35	5,58		(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 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	Csőbentsült burgonya tonhallal (1),(2),(3),(8) Narancs					Pulykapecsenye Tökfőzelék (1),(2) Banán					Citromos-kapros csirkés karfiol leves (1),(2),(5) Tejbedara kakaós szóráttal (1),(2) /Holland/					Zabpelyhes húsgombóc /Pulykamell/ (1),(3) Karatőkfőzelék (1),(2) Banán					Tojás puffancs (1),(3) Parajfőzelék (1),(2) Mandarin				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	536,20	31,86	3,60	20,57	40,38	336,10	14,51	2,80	14,51	33,71	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	153,67		(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) Kígyó uborka					Tej (2) Magyaros vajkrém /Tolle/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktél paradicsom					Tej (2) Kapros túrókrém (2) Búza kenyér (1) Kígyó uborka					Tej (2) Pulykamell sonka szelet /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Kockasajt /Medve/ (2) Kiskifli (1),(2) Póré hagyma				
Energia cKcal./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	242,60	8,58	0,95	12,10	28,77	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	0,02	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, (13) szulfid, (14) csillagfű, (15) puhatestűek.

2026. Február 16. – Február 20.

SERTÉSHÚSMENTES ÉTLAP

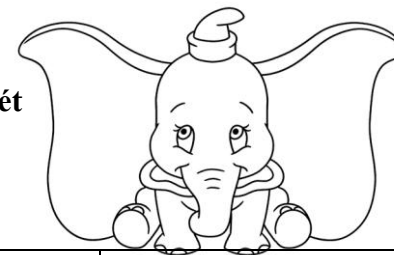
Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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					Gyümölcsstea Lazackrém (6),(8) /Rio Mare/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Vajretek					Csipkebogyótea Fokhagymás vajkrém /Tolle/ (2) Búza kenyér (1) Tricolor paprika					Citromos tea Csirkemell sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélparadicsom				
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	184,40	5,88	1,19	7,03	26,86
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)	5,00	0,50	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 Banán					Párolt csirkemell Mexikói főzelék (1),(2) Narancs					Tejszínes-sajtos pulykamell csíkok (1),(2) Orsó tészta /Gyermelyi/(1),(3) Banán					Pulyka 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	288,60	6,67	1,40	19,75	32,53	443,90	19,38	2,10	21,08	43,04	265,70	11,27	0,00	14,77	24,18
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	1,50			(1),(2),(3)	0,00	2,21	199,63		(1), (2)	0,00	0,98	104,81	
UZSONNA	Tej (2) Edámi sajt szelet (2) Vénusz margarin Német zsemle (1) Jégcsapretek					Tej (2) Tavaszi túrókrém (2) /Sárgarépa, lilahagyma, jégpretek/ Búza kenyér (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 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.

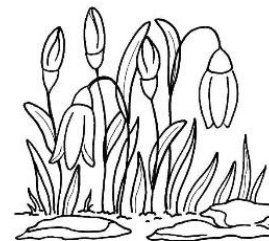
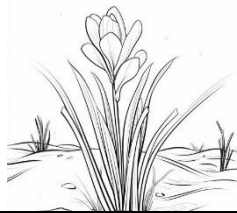
2026. Február 23. – Február 27.

SERTÉSHÚSMENTES 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) Koktélpáradicsom					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	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)					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 (5) /Csirkemáj/ Meggyes-mákos kevert sütemény (1),(2),(3),(12)					Pulykasült Paradicsomos káposztafőzelék (1) 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	331,50	14,92	0,00	13,24	32,56	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	106,12		(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) Paradicsom					Tej (2) Natúr vajkrém /Tolle/ (2) Búza kenyér (1) Kígyóborka					Tej (2) Vöröslencsekrém (6) Német zsemle (1) Zöldpaprika					Tej (2) Csirkemell sonka szelet /Efef/ 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)	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	208,50	8,20	1,06	9,84	23,36	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)	0,00	0,35	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.