

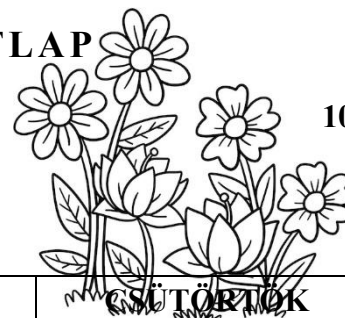
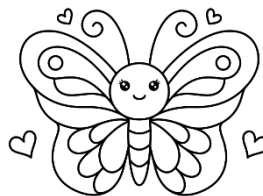
2026. Március 02. – Március 06.

LAKTÓZ- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



10. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Laktózmentes tej (2) Baracklekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Gyümölcsstea Csicseriborsókrém (6) Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika					Rooibos tea Házi tökmagvas csirkehúskrém (6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					Gyümölcsstea Pannónia sajtkrém (2) Búzakenyér (1) Koktélpáradicsom					Rooibos tea Csirkemell sonkakrém /Efef/ Német zsemle (1) Tricolor paprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	266,00	9,18	1,09	10,41	34,32	162,10	0,89	0,14	5,64	29,18	219,50	8,24	1,90	7,28	27,16	255,20	12,20	5,84	10,03	24,44	174,00	4,14	1,09	5,80	26,54
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,28	240,00		(1), (6)	5,00	0,52	10,46		(1), (6)	5,00	0,02	10,02		(1), (2)	5,00	0,19	3,78		(1)	5,00	0,35	3,78	
TÍZÓRAI	Házi trópusi laktózmentes tejtermék (2),(12)					Immun Powder Gyümölcslé /Happy Day/					Laktózmentes ivójoghurt /Jogobella/ (2)					Multivitamin /HohesC 100%/					Házi málnás laktózmentes smoothie (2)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	120,10	4,20	0,00	4,50	15,90	73,50	0,75	0,00	0,75	16,50	176,00	5,40	3,60	7,20	22,80	65,50	0,10	0,00	0,10	16,70	142,60	3,65	0,00	4,35	21,48
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2), (12)	1,00	0,20	180,00		-	0,00	0,00	0,00		(2)	0,00	0,00	240,00		-	0,00	0,00	0,00		(2)	6,00	0,16	183,55	
EBÉD	Halrudacska sütőben sütve /100%-os színfiléből/ (1),(8) Karfiolfőzelék (1),(2) /Laktózmentes/ Narancs					Rakottkel kuskusszal (1),(2) /Laktózmentes tejföllel/ Banán					Reszelt laktózmentes trappista sajt (2) Finomfőzelék (1),(2) /Saját anyaggal sűrítve/ Alma					Csirkepaprikás laktózmentes tejföllel (1),(2) Durum tészta (1) /Gyermelyi, Tojásmentes/ Banán					Vagdalt szelet (1) /Tojásmentes/ Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	387,90	26,95	2,80	15,30	26,36	462,00	18,92	2,80	22,42	50,36	221,60	6,55	0,00	10,88	28,73	363,10	11,29	2,80	7,56	55,43	416,40	14,10	0,03	15,53	53,61
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (8)	0,00	0,53	130,27		(1), (2)	0,00	0,98	290,79		(1), (2)	0,00	0,53	185,76		(1), (2)	0,00	1,98	76,33		(1)	5,00	1,10	29,41	
UZSONNA	Citromos tea Kenőmájás /Nádudvar/(4) Teljes kiőrlésű bagett (1) Jégcsapretek					Laktózmentes tej (2) Borjúpárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Laktózmentes tej (2) Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Laktózmentes tej (2) Debreceni sonka /Kaiser/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Póréhagyma					Laktózmentes tej (2) Laktózmentes kockasajt /Medve/ (2) Búzakenyér (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	162,20	3,37	0,00	4,62	26,75	287,00	13,40	2,81	12,54	27,30	251,90	9,16	1,09	10,32	31,17	276,00	11,17	0,99	12,36	30,80	273,80	12,18	4,14	12,87	27,48
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)	5,00	0,18	7,44		(1), (2), (4)	0,00	0,72	241,80		(1), (2)	3,50	0,28	240,00		(1), (2)	0,00	0,69	243,96		(1), (2)	0,00	0,66	312,70	

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.

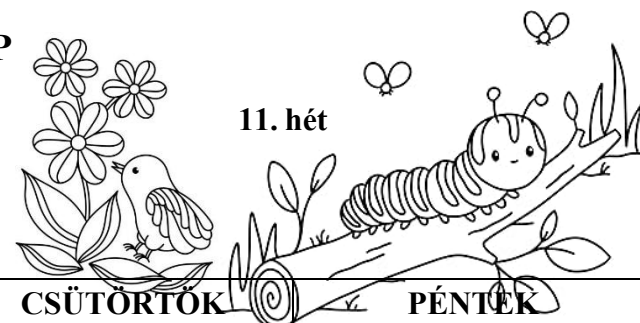
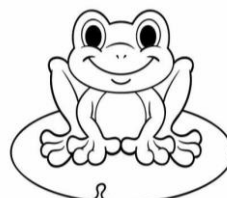
2026. Március 09. – Március 13.

LAKTÓZ- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



11. hét

ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Gyümölcsstea Áfonyalekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rooibos tea Tonhalkrém (6),(8) /Rio Mare/ Német zsemle (1) Vajretek					Citromos tea Padlizsánkrém (6) /Tojásmentes/ Búzakenyér (1) Tricolor paprika					Rooibos tea Laktózmentes kockasajt /Medve/ (2) Búzakenyér (1) Koktélpáradicsom					Gyümölcsstea Csurgatott méz Vénusz margarin Német zsemle (1)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	192,00	3,64	1,09	4,49	33,14	227,30	9,83	1,13	5,94	26,86	171,00	4,15	1,09	5,08	26,34	192,40	6,60	4,14	7,03	24,44	170,70	3,69	1,09	2,80	29,71
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,02	3,78		(1), (6), (8)	5,00	0,22	10,56		(1)	5,00	0,02	13,17		(1), (2)	5,00	0,40	73,78		(1)	8,50	0,02	3,78	
TÍZÓRAI	Házi banános laktózmentes smoothie (2)					Almalé /HohesC 100%/					Házi barackos laktózmentes tejturmix (2),(12)					Szőlőlé /Sió/					Házi szamócás laktózmentes smoothie (2)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	120,10	4,20	0,00	4,50	15,28	64,50	0,00	0,00	0,00	15,00	130,20	4,21	0,00	4,68	18,72	61,50	0,75	0,00	0,00	14,85	144,60	3,55	0,00	4,15	22,83
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)	1,00	0,20	213,55		-	0,00	0,00	0,00		(2)	6,00	0,20	180,00		-	0,00	0,00	0,00		(2)	6,00	0,16	183,55	
EBÉD	Csőbensült brokkoli (1),(2) /Laktózmentes/ Alma					Pulyka apróhús Tökfőzelék (1),(2) /Laktózmentes/ Banán					Zöldségleves (5) Laktózmentes gyümölcsös tejberizs (2)					Húsgombóc (1) /Tojásmentes/ Karlábé főzelék (1),(2) /Burgonyával sűrítve/ Narancs					Csirkemájfelfűjt (1) /Tojásmentes/ Harmónia főzelék (1),(2) /Saját anyaggal sűrítve/ Körte				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	321,60	16,16	3,20	18,67	22,66	300,30	10,79	0,00	14,31	33,39	433,70	13,80	0,00	14,72	64,52	356,30	6,04	0,00	20,74	51,55	225,30	3,15	0,03	11,64	28,99
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	1,06	105,04		(1), (2)	0,00	1,51	139,67		(1),(2),(5)	5,00	1,41	348,32		(1), (2)	0,00	1,51	296,63		(1), (2)	0,00	1,02	75,97	
UZSONNA	Laktózmentes tej (2) Reszelt laktózmentes trappista sajtkrém (2) Búzakenyér (1) Jégcsapretek					Laktózmentes tej (2) Kemencés sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Laktózmentes tej (2) Pannónia sajtkrém (2) Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Laktózmentes tej (2) Baromfipárizsi /K.Í./ (4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Laktózmentes tej (2) Laktózmentes kockasajt /Medve/ (2) Búzakenyér (1) Hónapos retek				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	306,80	14,39	1,09	15,31	28,22	269,20	9,98	0,95	13,34	29,92	336,60	17,78	5,84	15,87	27,48	290,00	13,08	2,15	11,60	30,84	274,70	12,18	4,15	12,94	27,62
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,28	387,66		(1), (2)	0,00	0,28	241,80		(1), (2)	0,00	0,45	242,70		(1), (2), (4)	0,00	0,68	242,80		(1), (2)	0,00	0,66	315,94	

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.

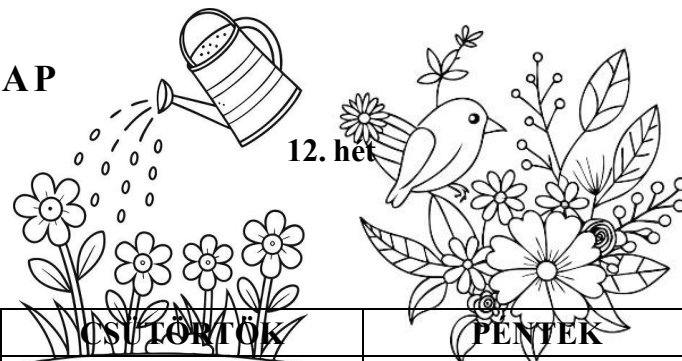
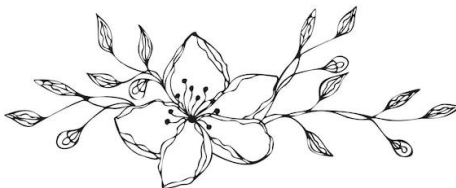
2026. Március 16. – Március 20.

LAKTÓZ- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Laktózmentes tej (2) Nesquik gabonapehely (1)					Gyümölcsstea Házi tökmagvas pulykahúskrém (6) Búzakenyér (1) Kígyóborka					Rooibos tea Laktózmentes trappista sajtkrém (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Tricolor paprika					Gyümölcsstea Csirkemell sonkakrém /Efef/ Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Rooibos tea Laktózmentes kockasajt /Medve/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Póréhagyma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	134,60	5,76	0,06	6,52	13,72	220,80	9,04	2,04	7,85	24,82	230,40	9,27	0,95	8,18	26,91	171,50	4,02	1,09	7,30	23,76	200,80	7,08	4,00	5,92	26,79
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,26	240,00		(1), (6)	5,00	0,05	11,19		(1), (2)	5,00	0,02	147,78		(1)	5,00	0,35	5,58		(1), (2)	5,00	0,40	77,74	
TÍZÓRAI	Házi málnás laktózmentes smoothie (2)					Őszibarackos narancslé /Sió/					Laktózmentes ivójoghurt /Jogobella/ (2)					Alma-Mangólé /Happy Day 100%-os/					Házi trópusi laktózmentes tejturmix (2),(12)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	136,10	4,35	0,00	5,10	17,63	51,00	0,00	0,00	12,00	0,00	176,00	5,40	3,60	7,20	22,80	70,50	0,75	0,00	0,75	16,50	120,10	4,20	0,00	4,50	15,90
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)	1,00	0,20	213,55		-	0,00	0,00	0,00		(2)	0,00	0,00	240,00		-	0,00	0,00	0,00		(2), (12)	1,00	0,20	180,00	
EBÉD	Halpogácsa (1),(8) /Tojásmentes/ Zöldborsófőzelék (1),(2) /Saját anyaggal sűrítve/ Körte					Magyaros kiskagyló (1) /Durum tészta, Tojásmentes/ Alma					Csirke apróhús Salátafőzelék (1),(2) /Burgonyával sűrítve/ Banán					Sült sertéskaraj Paradicsomos káposztafőzelék (1) Alma					Párolt pulykamell Sóskamártás (1),(2) /Laktózmentes/ Főtt burgonya Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	312,70	7,43	0,03	21,57	34,25	289,90	7,01	0,00	7,21	48,17	241,90	4,99	0,00	18,06	34,18	316,40	15,28	0,00	16,19	25,74	430,20	13,06	0,00	18,35	56,59
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (8)	0,00	1,51	132,61		(1)	0,00	1,47	12,77		(1), (2)	0,00	1,47	116,62		(1)	5,00	1,48	51,75		(1), (2)	5,00	2,10	234,12	
UZSONNA	Citromos tea Kenőmájás /Nádudvar/ (4) Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpáradicsom					Laktózmentes tej (2) Pannónia sajt szelet (2) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Jégcsapretek					Laktózmentes tej (2) Prágai sonkakrém /Kométa/ Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Laktózmentes tej (2) Szamócalekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Német zsemle (1)					Laktózmentes tej (2) Sertéspárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	162,60	3,38	0,00	4,63	26,75	312,00	14,79	4,89	15,91	28,02	261,80	10,25	1,51	13,19	27,43	258,70	9,31	1,09	8,75	34,04	282,80	12,60	2,49	13,00	28,48
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)	5,00	0,18	3,78		(1), (2)	0,00	0,43	243,66		(1), (2)	0,00	0,64	241,80		(1), (2)	0,00	0,28	240,00		(1),(2),(4)	0,00	0,28	242,80	

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

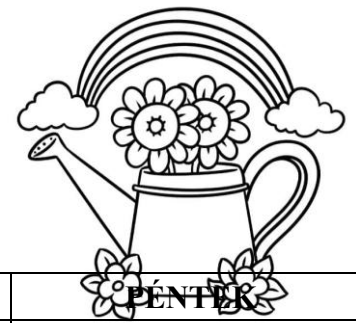
Az étrend az ételsorokként megjelölt allergéneket tartalmazza: (1) glutén, (2) tej, (3) tojás, (4) szója, (5) zeller, (6) mustár, (7) mogoró, (8) hal, (9) diófélék, (10) szezám, (11) rák, (12) kén-dioxid, szulfid, (13) csillagfű, (14) puhatestűek.

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

13. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Laktózmentes tej (2) Baracklekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Gyümölcsstea Vöröslencsekrém (6) Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Rooibos tea Sült paprikakrém Búzakenyér (1) Póréhagyma					Gyümölcsstea Tőkehalmájkrém (6),(8) Búzakenyér (1) Vajretek					Rooibos tea Erdei gyümölcslekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	266,00	9,18	1,09	10,41	34,32	167,40	0,80	0,14	6,17	29,25	140,10	0,65	0,14	5,17	26,44	223,90	10,20	2,06	5,99	25,14	175,90	3,56	1,09	4,43	29,44
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,28	240,00		(1), (6)	5,00	0,52	12,27		(1)	5,00	0,20	13,39		(1),(6),(8)	5,00	0,20	10,56		(1)	5,00	0,02	3,78	
TÍZÓRAI	Házi barackos laktózmentes tejturmix (2),(12)					Ananászlé /Happy Day 100%/					Házi szamócás laktózmentes smoothie (2)					Meggy-szilva almale /Sió/					Házi banános laktózmentes tejturmix (2)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	130,20	4,21	0,00	4,68	18,72	81,00	0,15	0,00	0,60	18,45	144,60	3,55	0,00	4,15	22,83	51,00	0,00	0,00	0,00	12,00	120,10	4,20	0,00	4,50	15,28
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2), (12)	6,00	0,20	180,00		-	0,00	0,00	0,00		(2)	6,00	0,16	183,55		-	0,00	0,00	0,00		(2)	1,00	0,20	213,55	
EBÉD	Reszelt laktózmentes sajt (2) Brokkolifőzelék (1),(2) /Burgonyával sűrítve/ Körte					Gulyásleves (5) Tejbedara kakaós szórattal /Laktózmentes/ (1),(2)					Pulykavagdalt (1) /Tojásmentes/ Cukkini-főzelék (1),(2) /Laktózmentes/ Alma					Tejszínes mexikói csirkeragu (1),(2) /Laktózmentes/ Párolt basmati rizs Banán					Párolt pulykamell Édesburgonyapüré (2) /Laktózmentes/ Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	257,90	12,08	2,95	11,45	22,90	357,40	12,66	0,00	19,59	38,59	246,70	10,69	0,00	14,49	32,12	434,90	11,94	0,00	20,72	60,17	349,20	13,62	0,95	14,86	37,60
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	1,03	182,52		(1), (2), (5)	5,00	0,75	265,76		(1), (2)	0,00	2,10	83,99		(1), (2)	0,00	1,97	120,70		(2)	0,00	3,00	54,07	
ÜZSONNA	Laktózmentes tej (2) Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Vajretek					Laktózmentes tej (2) Prágai sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Tricolor paprika					Laktózmentes tej (2) Trappista laktózmentes sajt szelet (2) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Koktélparadicsom					Laktózmentes tej (2) Laktózmentes kockasajt /Medve/ (2) Német zsemle (1) Kígyóborka					Laktózmentes tej (2) Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	258,30	9,74	1,09	11,77	30,10	269,20	10,72	1,37	12,12	30,42	307,20	14,40	1,09	15,32	28,22	276,80	12,30	4,14	11,24	29,59	265,20	10,10	0,95	12,25	30,66
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,61	245,41		(1), (2)	0,00	0,64	240,00		(1), (2)	0,00	0,28	384,00		(1), (2)	0,00	0,66	312,70		(1), (2)	0,00	0,61	242,80	

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

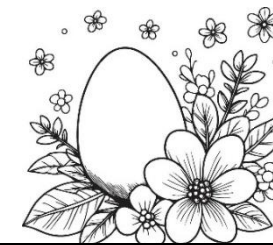
Az étrend az ételsoroként megjelölt allergéneket tartalmazza: (1) glutén, (2) tej, (3) tojás, (4) szója, (5) zeller, (6) mustár, (7) mogoró, (8) hal, (9) diófélék, (10) szeszamag, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfűt, (14) puhatestűek.

2026. Március 30. – Április 03.

LAKTÓZ- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP



14. hét



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	Gyümölcsstea Sárgabaracklekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Német zsemle (1)					Rooibos tea Laktózmentes trappista sajtkrém (2) Búzákenyér (1) Koktélparadicsom					Gyümölcsstea Lazackrém (6),(8) /Rio Mare/ Teljes kiörlésű bagett (1) Kígyóborka					Rooibos tea Laktózmentes kockasajt /Medve/ (2) Búzákenyér (1) Tricolor paprika					Április 03. Nagypéntek 	
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	174,60	3,70	1,09	2,86	30,46	223,00	8,80	1,09	9,43	24,64	194,10	6,66	1,28	4,93	26,88	191,80	6,59	4,14	6,98		24,39
	Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,02	3,78		(1), (2)	5,00	0,02	147,78		(1), (6), (8)	5,00	0,04	6,48		(1), (2)	5,00	0,40	73,78		
TÍZÓRAI	Ősziaracklé /Happy Day/					Házi szamócás laktózmentes smoothie (2)					Körtelé /Sió/					Laktózmentes ivójoghurt /Jogobella/ (2)						
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	51,00	0,00	0,00	0,00	11,85	144,60	3,55	0,00	4,15	22,83	63,00	0,15	0,00	0,15	18,00	176,00	5,40	3,60	7,20	22,80		
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	0,00	0,00	0,00		(2)	6,00	0,16	183,55		-	0,00	0,02	0,00		(2)	0,00	0,00	240,00			
EBÉD	Párolt csirkecomb filé Royalfőzelék (1),(2) /Laktózmentes/ Alma					Bolognai ragu laktózmentes sajttal (2),(5) Durum tészta (1) /Gyermelyi, tojásmentes/ Banán					Pulyka apróhús Cékla-főzelék (1),(2) /Burgonyával sűrítve/ Alma					Lecsós sertéskaraj Bulgur (1) Banán						
	140,90	3,89	0,15	4,97	18,78	404,50	14,09	0,12	19,84	46,71	254,50	10,71	0,00	14,17	23,21	329,50	10,24	0,00	16,98	39,84		
	(1), (2)	0,00	1,66	95,19		(1), (2)	0,00	0,50	225,38		(1), (2)	0,00	1,02	80,81		(1)	0,00	0,59	96,24			
UZSONNA	Laktózmentes tej (2) Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Teljes kiörlésű bagett (1) Jégcsapretek					Laktózmentes tej (2) Csurgatott méz Vénusz margarin Búzákenyér (1)					Laktózmentes tej (2) Nosztalgia párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Német zsemle (1) Kaliforniai paprika					Laktózmentes tej (2) Pannónia sajt szelet (2) Vénusz margarin Teljes kiörlésű bagett (1) Fürtös paradicsom						
	263,40	10,09	0,95	12,16	30,37	251,90	9,16	1,09	10,32	31,17	281,00	12,63	1,09	10,62	30,39	320,40	15,28	4,75	14,54	29,62		
	(1), (2)	0,00	0,61	243,66		(1), (2)	3,50	0,28	240,00		(1), (2), (4)	0,00	0,28	242,80		(1), (2)	0,00	0,43	241,80			

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) szeszámag, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfűt, (14) puhatestűek.

2026. Április 06. – Április 10.

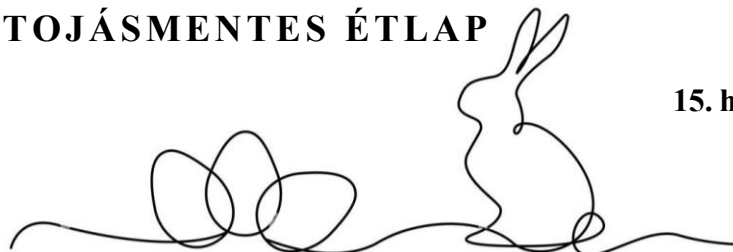
LAKTÓZ- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

15. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	<i>Április 06. Húsvét Hétfő</i>	Laktózmentes tej (2) Cini-Minis gabonapehely (1)	Gyümölcs tea Csicseriborsókrém (6) Búza kenyér (1) Fürtös paradicsom	Rooibos tea Házi tökmagvas csirkehús krém (6) Búza kenyér (1) Vajretek	Citromos tea Laktózmentes kockasajt /Medve/ (2) Búza kenyér (1) Zöldpaprika
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		238,00 8,69 0,33 7,83 31,22	160,70 0,89 0,14 5,38 28,18	213,90 7,78 2,04 8,56 25,31	189,80 6,59 4,14 6,95 23,94
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(1), (2) 7,47 0,26 240,00	(1), (6) 5,00 0,52 9,46	(1), (6) 5,00 0,05 12,73	(1), (2) 5,00 0,40 75,18
TÍZÓRAI		Házi trópusi laktózmentes tej turmix (2), (12)	Immun Active Gyümölcslé /Happy Day/	Házi barackos laktózmentes smoothie (2), (12)	Multivitamin /Hohes C 100%/
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		120,10 4,20 0,00 4,50 15,90	79,50 0,75 0,00 0,75 18,00	130,20 4,21 0,00 4,68 18,72	65,50 0,10 0,00 0,10 16,70
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(2) 1,00 0,20 180,00	- 0,00 0,00 0,00	(2), (12) 6,00 0,20 180,00	- 0,00 0,00 0,00
EBÉD		Tejszínes-sajtos-parajos penne hallal /Laktóz- és tojásmentes/ (1), (2), (8) Banán	Paradicsomos húsgombóc /Tojásmentes/ (1) Főtt burgonya Alma	Tárkonyos raguleves /Laktózmentes/ (1), (2), (5) Tejbedara kakaós szórattal /Laktózmentes/ (1), (2)	Csirkepecsenye Kínai fűszerekkel (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		445,70 12,48 3,80 23,60 56,44	250,50 3,59 0,00 13,20 39,45	413,20 16,62 0,00 19,61 43,09	249,00 8,79 0,00 16,68 23,44
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(1), (2), (8) 0,00 2,12 66,01	(1) 0,00 1,97 21,22	(1), (2), (5) 5,00 1,24 303,82	(1) 0,00 0,98 18,32
UZSONNA		Rooibos tea Sült tarja szelet /Kométa/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Koktélparadicsom	Laktózmentes tej (2) Snidlinges kenőmájás /Kaiser/ (4) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyó uborka	Laktózmentes tej (2) Sertés párizsi /Kométa/ Vénusz margarin Búza kenyér (1) Kaliforniai paprika	Laktózmentes tej (2) Pannónia sajt szelet (2) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Jégcsapretek
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		195,60 6,53 1,09 5,80 26,46	244,00 8,96 0,00 10,47 29,79	278,30 12,50 2,43 12,25 28,35	320,00 15,27 4,75 14,71 30,34
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(1) 5,00 0,38 3,78	(1), (2), (4) 0,00 0,44 242,70	(1), (2) 0,00 0,52 242,80	(1), (2) 0,00 0,43 243,66

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) szeszam, (11) rák, (12) kén-dioxid, (13) szulfid, (14) csillagfű, (15) puhatestűek.