

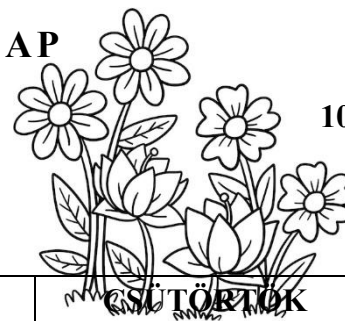
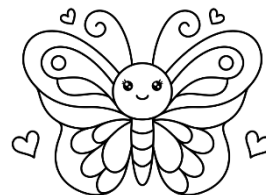
2026. Március 02. – Március 06.

PARADICSOMMENTES 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	Tej (2) Teavaj /Ammerland/ (2) Fonott kalács (1),(2),(3)					Gyümölcs tea Csicseriborsókrém (6) Búza kenyér (1) Kaliforniai paprika					Rooibos tea Házi tökmagvas csirkehúskrém (6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Gyümölcs tea Snidlinges tojáskrém (3),(6) Búza kenyér (1) Zöldpaprika					Rooibos tea Magyaros vajkrém /Tolle/ (2) Német zsemle (1) Tricolor paprika				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	265,40	13,00	8,18	28,70	0,80	162,10	0,89	0,14	5,64	29,18	219,50	8,24	1,90	7,28	27,16	173,00	5,03	1,09	6,48	23,91	184,20	5,72	0,14	3,51	27,57
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	0,80	0,35	203,30		(1), (6)	5,00	0,52	10,46		(1), (6)	5,00	0,02	10,02		(1), (3)	5,00	0,11	9,98		(1), (2)	5,00	0,00		3,78
TÍZÓRAI	Házi trópusi tejtermék (2),(12)					Immun Powder Gyümölcslé /Happy Day/					Actimel (2)					Multivitamin /HohesC 100%/					Házi málnás smoothie (2)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	120,10	4,20	0,00	4,50	15,74	73,50	0,75	0,00	0,75	16,50	76,00	1,50	0,00	2,80	12,00	65,50	0,10	0,00	0,10	16,70	136,10	4,35	0,00	5,10	17,78
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)	1,00	0,00	196,78		-	0,00	0,00	0,00		(2)	0,00	0,00	120,00		-	0,00	0,00	0,00		(2)	1,00	0,00		213,55
EBÉD	Halrudacska sütőben sütve /100%-os színfiléből/ (1),(8) Karfiolfőzelék (1),(2) Narancs					Rakott krumplival (2) Banán					Reszelt sajt (2) Finomfőzelék (1),(2) Alma					Csirkepaprikás (1),(2) Rövidcső tészta (1),(3) /Gyermelyi/ Banán					Vagdalt szelet (1),(3) Burgonyafőzelék (1),(2) Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	375,20	26,61	2,80	14,63	24,65	463,00	18,92	2,80	22,56	50,40	255,80	9,15	0,00	13,58	28,79	293,70	10,61	28,32	5,95	15,09	374,50	14,00	2,83	15,72	44,29
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (8)	0,00	0,51	142,148		(1), (2)	0,00	1,20	292,79		(1), (2)	0,00	0,79	221,76		(1), (2), (3)	0,00	1,98	98,73		(1), (2), (3)	0,00	0,61		89,48
UZSONNA	Citromos tea Kenőmájás /Nádudvar/ (4) Teljes kiőrlésű bagett (1) Jégcsapretek					Tej (2) Borjúpárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Kiskifli (1),(2) Lilahagyma					Tej (2) Házi kakaós zabkeksz (1),(2),(3)					Tej (2) Debreceni sonka /Kaiser/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Póréhagyma					Tej (2) Kockasajt /Sajtmester/ (2) Búza kenyér (1) Kígyóborka				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	162,20	3,37	0,00	4,62	26,75	243,00	11,96	2,78	9,19	24,24	420,00	8,63	0,00	14,40	69,75	248,00	9,77	0,99	10,86	28,65	231,40	8,78	2,74	11,37	26,15
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)	5,00	0,18	7,44		(1), (2), (4)	0,00	0,46	185,46		(1), (2), (3)	27,50	0,00	209,00		(1), (2)	0,00	0,43	183,96		(1), (2)	0,00	0,40		266,70

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) kénidid, szulfid, (13) csillagfűt, (14) puhatestűek.

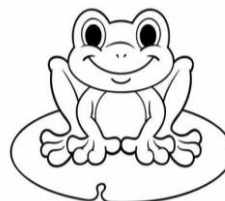
2026. Március 09. – Március 13.

PARADICSOMMENTES ÉTLAP

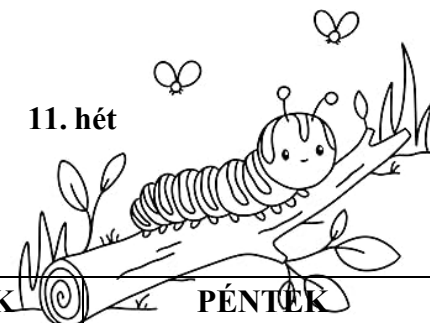
Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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 Búza kenyér (1)					Rooibos tea Tonhalkrém (6),(8) /Rio Mare/ Német zsemle (1) Vajretek					Citromos tea Padlizsánkrém (3),(6) Kiskifli (1),(2) Tricolor paprika					Rooibos tea Tepsis bundás kenyér (1),(2),(3) Kígyóuborka					Gyümölcsstea Csurgatott méz Vénusz margarin Német zsemle (1)				
Energia cKcal./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	185,30	7,74	2,02	3,06	24,12	280,90	13,16	2,94	13,48	25,59	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),(2),(3),(6)	5,00	0,07	8,27		(1), (2), (3)	5,00	0,71	160,85		(1)	8,50	0,02	3,78	
TÍZÓRAI	Házi banános smoothie (2)					Almalé /HohesC 100%/					Házi barackos tejturmix (2),(12)					Szőlőlé /Sió/					Házi szamócás smoothie (2)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	120,10	4,20	0,00	4,50	15,43	64,50	0,00	0,00	0,00	15,00	115,10	4,22	0,00	4,73	15,33	61,50	0,75	0,00	0,00	14,85	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	0,00	0,00		(2)	1,00	0,01	180,00		-	0,00	0,00	0,00		(2)	6,00	0,00	183,55	
EBÉD	Csőbensült brokkoli (1),(2),(3) Alma					Pulyka apróhús Tököfőzelék (1),(2) Banán					Zöldségleves (5) Bociszelet (1),(2),(3)					Húsgombóc (1),(3) Karalábé főzelék (1),(2) Narancs					Csirkemájfelfűjt (1),(3) Harmónia főzelék (1),(2) Körte				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	348,80	19,16	2,25	18,78	22,78	336,10	14,51	2,80	14,51	33,71	401,30	16,66	0,00	12,32	46,88	378,60	8,55	1,89	21,12	51,57	231,90	3,63	0,03	12,28	29,04
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	0,00	1,16	112,54		(1), (2)	0,00	1,00	153,67		(1),(2),(3),(5)	24,70	0,98	93,94		(1), (2), (3)	0,00	1,49	284,08		(1), (2), (3)	0,00	0,98	77,57	
UZSONNA	Tej (2) Reszelt sajt krém (2) Kiskifli (1),(2) Jégcsapretek					Tej (2) Kemencés sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Lilahagyma					Tej (2) Fokhagymás vajkrém /Tolle/ (2) Búza kenyér (1) Kígyóuborka					Tej (2) Baromfipárizsi /K.Í./ (4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Tavaszi túrókrém (2) /Sárgarépa, lilahagyma, jégpretek/ Búza kenyér (1) Hónapos retek				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	243,70	11,67	1,06	10,71	23,59	243,90	8,56	0,95	12,04	29,04	235,00	9,94	1,78	9,53	26,27	262,00	11,68	2,15	10,10	28,68	233,40	7,58	1,33	12,00	28,31
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,17	273,66		(1), (2)	0,00	0,02	185,46		(1), (2)	0,26	0,15	182,70		(1),(2),(4)	0,00	0,42	182,80		(1), (2)	0,00	0,11	216,57	

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, (13) szulfid, (14) csillagfű, (15) puhatestűek.

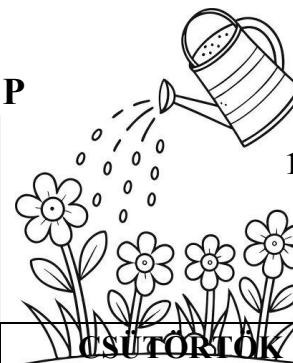
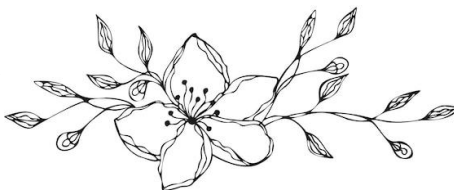
2026. Március 16. – Március 20.

PARADICSOMMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



12. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Tej (2) Nesquik gabonapehely (1)					Gyümölcs tea Házi tökmagvas pulykahúskrém (6) Búzákenyér (1) Kígyóuborka					Rooibos tea Natúr vajkrém /Tolle/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Tricolor paprika					Gyümölcs tea Körözött (2) Búzákenyér (1) Zöldpaprika					Rooibos tea Kockasajt /Medve/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Póréhagyma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	106,60	4,36	0,06	5,02	11,57	220,80	9,04	2,04	7,85	24,82	188,60	6,07	0,00	3,92	27,57	184,90	4,70	1,54	8,19	25,20	186,40	5,08	2,60	5,92	27,61
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,00	180,00		(1), (6)	5,00	0,05	11,19		(1), (2)	5,00	0,00	3,78		(1), (2)	5,00	0,11	51,55		(1), (2)	5,00	0,40	91,74	
TÍZÓRAI	Házi málnás smoothie (2)					Őszibarackos narancslé /Sió/					Actimel (2)					Alma-Mangólé /Happy Day 100%-os/					Házi trópusi tejtermék (2), (12)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	136,10	4,35	0,00	5,10	17,78	51,00	0,00	0,00	12,00	0,00	76,00	1,50	0,00	2,80	12,00	70,50	0,75	0,00	0,75	16,50	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		(1), (12)	1,00	0,00	196,78	
EBÉD	Halpogácsa (1), (3), (8) Zöldborsófőzelék (1), (2) Körte					Magyaros kiskagyló (1), (3) Alma					Csirke apróhús Salátafőzelék (1), (2) Banán					Sült sertéskaraj Édeskáposztafőzelék (1), (2) Alma					Főtt tojás (3) Sóska mártás (1), (2) Főtt burgonya Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	310,40	7,86	0,03	20,28	34,19	220,30	6,72	0,00	5,92	31,74	247,60	5,71	0,70	17,95	34,24	347,40	17,89	1,40	17,75	26,02	380,30	11,30	2,38	14,27	54,34
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3), (8)	0,00	1,47	108,61		(1), (3)	0,00	0,49	20,62		(1), (2)	0,00	1,49	140,62		(1), (2)	0,00	1,97	94,39		(1), (2), (3)	5,00	1,09	245,51	
UZSONNA	Citromos tea Borjómájás /Pick/ (2), (4) Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Tej (2) Pannónia sajt szelet (2) Vénusz margarin Kiskifli (1), (2) Jégcsapretek					Tej (2) Házi pizzás csiga (1), (2), (3)					Tej (2) Szamócalekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Német zsemle (1)					Tej (2) Sertéspárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Kiskifli (1), (2) Kaliforniai paprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	200,80	7,27	2,60	5,75	26,44	265,40	13,37	4,86	12,36	23,52	317,40	11,73	0,00	16,82	34,93	230,70	7,91	1,09	7,25	31,89	236,20	11,18	2,46	9,45	23,99
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (4)	5,00	0,36	5,18		(1), (2)	0,00	0,17	183,66		(1), (2), (3)	0,50	0,21	279,69		(1), (2)	0,00	0,02	180,00		(1), (2), (4)	0,00	0,02	182,80	

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 23. – Március 27.

PARADICSOMMENTES ÉTLAP

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	Tej (2) Teavaj /Ammerland/ (2) Vajas kalács (1),(2),(3)					Gyümölcstea Vöröslencsekrém (6) Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Rooibos tea Sült paprikakrém Kiskifli (1),(2) Póréhagyma					Gyümölcstea Tőkehalmájkrém (6),(8) Búzakenyér (1) Vajretek					Rooibos tea Erdei gyümölcslekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	265,40	13,00	0,00	8,18	28,70	164,60	0,78	0,14	6,30	29,42	121,40	0,63	0,11	3,12	24,09	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), (3)	0,80	0,35	203,30		(1), (6)	5,00	0,52	13,17		(1), (2)	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 tejturmix (2),(12)					Ananászlé /Happy Day 100%/					Házi szamócás smoothie (2)					Meggy-szilva almalé /Sió/					Házi banános tejturmix (2)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	115,10	4,22	0,00	4,73	15,33	81,00	0,15	0,00	0,60	18,45	144,60	3,55	0,00	4,15	22,96	51,00	0,00	0,00	0,00	12,00	120,10	4,20	0,00	4,50	15,43
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2), (12)	1,00	0,01	180,00		-	0,00	0,00	0,00		(2)	6,00	0,00	183,55		-	0,00	0,00	0,00		(2)	1,00	0,00	213,55	
EBÉD	Sajtfelfűjt (1),(2),(3) Brokkolifőzelék (1),(2) Körte					Gulyásleves (5) Barackos pite (1),(2),(3)					Pulykavagdalt (1),(3) Cukkínifőzelék (1),(2) Alma					Tejszínes mexikói csirkeragu (1),(2) Párolt basmati rizs Banán					Párolt pulykamell Édesburgonyapüré (2) Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	290,80	9,94	1,63	13,12	34,88	341,90	13,91	0,00	15,36	37,51	279,60	14,05	2,38	14,94	32,34	435,80	11,94	2,10	20,78	60,29	349,00	13,62	0,00	14,89	37,65
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	0,00	1,39	195,57		(1),(2),(3),(5)	17,00	0,52	30,01		(1), (2), (3)	0,00	2,08	94,89		(1), (2)	0,00	2,01	120,70		(2)	0,00	2,96	54,07	
UZSONNA	Tej (2) Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin Német zsemle (1) Vajretek					Tej (2) Prágai sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Tricolor paprika					Tej (2) Trappista sajt szelet (2) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Vajretek					Tej (2) Zöldfűszeres vajkrém /Tolle/ (2) Német zsemle (1) Kígyóuborka					Tej (2) Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	247,60	10,32	1,09	10,64	27,94	241,20	9,32	1,37	10,62	28,27	262,30	11,69	1,09	12,80	25,87	238,00	10,06	1,78	7,90	28,38	237,20	8,70	0,95	10,75	28,51
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	0,00	0,02	193,41		(1), (2)	0,00	0,38	180,00		(1), (2)	0,00	0,17	275,41		(1), (2)	0,26	0,15	182,70		(1), (2)	0,00	0,35	182,80	

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

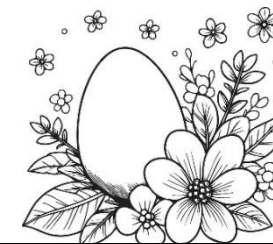
Az étrend az ételsorunként megjelölt allergéneket tartalmazza: (1) glutén, (2) tej, (3) tojás, (4) szója, (5) zeller, (6) mustár, (7) mogoró, (8) hal, (9) diófélék, (10) szeszámag, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfűt, (14) puhatestűek.

2026. Március 30. – Április 03.

PARADICSOMMENTES 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 Tojáskrém (3),(6) Búzakenyér (1) Lilahagyma					Gyümölcsstea Lazackrém (6),(8) /Rio Mare/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Rooibos tea Magyaros vajkrém /Tolle/ (2) Búzakenyér (1) Tricolor paprika					Április 03. Nagypéntek 
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	174,60	3,70	1,09	2,86	30,46	206,50	8,07	2,04	6,63	25,22	194,10	6,66	1,28	4,93	26,88	181,20	5,59	0,14	5,14	25,45	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,02		3,78	(1), (3), (6)	5,00	0,05		14,04	(1), (6), (8)	5,00	0,04		6,48	(1), (2)	5,00	0,00		3,78	
TÍZÓRAI	Őszibaracklé /Happy Day/					Házi szamócás smoothie (2)					Körtelé /Sió/					Actimel (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	22,96	63,00	0,15	0,00	0,15	18,00	76,00	1,50	0,00	2,80	12,00	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	0,00		0,00	0,00	(2)	6,00	0,00		183,55	-	0,00	0,02		0,00	(2)	0,00	0,00		120,00	
EBÉD	Párolt csirkecomb filé Royalfőzelék (1),(2) Alma					Sajtos sertésragu Rövidcső tészta (1),(3) /Gyermelyi/ Banán					Pulyka apróhús Cékla-főzelék (1),(2) Alma					Sült sertéskaraj Bulgur (1) Banán					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	140,90	3,89	0,15	4,97	18,83	393,20	17,01	25,52	15,64	16,22	265,70	11,27	0,00	14,77	24,18	311,00	10,31	0,00	16,48	37,08	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		0,00	1,59	95,19	(1), (2), (3)		0,00	1,87	317,10	(1), (2)		0,00	0,98	104,81	(1)		0,00	1,08	83,76	
UZSONNA	Tej (2) Selyemsonka /Sága/ (2) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Jégcsapretek					Tej (2) Vaníliás krémtúró /Mia/ (2) Vénusz margarin Kiskifli (1),(2)					Tej (2) Nosztalgia párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Német zsemle (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Mozzarella sajt szelet (2) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	244,20	9,27	0,95	10,81	28,85	342,70	12,24	1,09	14,42	43,33	253,00	11,23	1,09	9,12	28,24	277,20	12,66	3,81	12,77	27,75	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		0,00	0,56	183,66	(1), (2)		0,00	0,17	180,00	(1), (2), (4)		0,00	0,02	182,80	(1), (2)		0,00	0,32	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. Április 06. – Április 10.

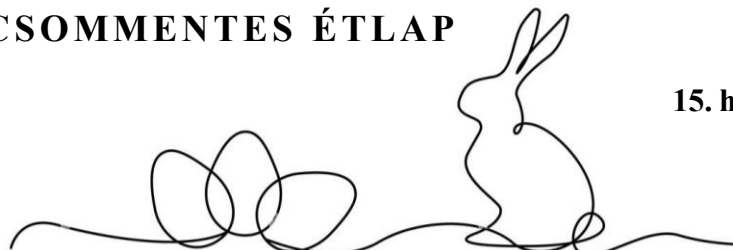
PARADICSOMMENTES ÉTLAP

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.</i> <i>Húsvét Hétfő</i>	Tej (2) Cini-Minis gabonapehely (1)	Gyümölcs tea Csicseriborsókrém (6) Búza kenyér (1) Zöldpaprika	Rooibos tea Házi tökmagvas csirke húskrém (6) Kiskifli (1),(2) Vajretek	Citromos tea Tepsis bundás kenyér (1),(2),(3) Zöldpaprika
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		210,00 7,29 0,33 6,33 29,07	158,10 0,88 0,14 5,48 28,40	195,20 7,76 2,01 6,51 22,97	281,10 13,17 2,94 13,45 25,64
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(1), (2) 7,47 0,00 180,00	(1), (6) 5,00 0,52 9,06	(1),(2),(6) 5,00 0,05 12,73	(1), (2), (3) 5,00 0,71 159,55
TÍZÓRAI		Házi trópusi tej turmix (2),(12)	Immun Active Gyümölcslé /Happy Day/	Házi barackos smoothie (2),(12)	Multivitamin /Hohes C 100%/
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		120,10 4,20 0,00 4,50 15,74	79,50 0,75 0,00 0,75 18,00	115,10 4,22 0,00 4,73 15,33	65,50 0,10 0,00 0,10 16,70
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(2),(12) 1,00 0,00 196,78	- 0,00 0,00 0,00	(2),(12) 1,00 0,01 180,00	- 0,00 0,00 0,00
EBÉD		Tejszínes-sajtos-parajos penne hallal (1),(2),(3),(8) Banán	Húsgombóc /Sertéscomb/ (1),(3) Főtt burgonya Alma	Tárkonyos raguleves (1),(2),(5) Piskótakocka (1),(3) Csokoládéöntet (1),(2)	Csirkepecsenye Kínai kel főzelék (1) Alma
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		543,50 29,14 4,30 21,68 45,31	216,80 4,77 0,00 12,17 30,15	444,90 16,13 1,40 18,85 53,84	249,00 8,79 0,00 16,68 23,44
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(1), (2), (3), (8) 0,00 2,64 180,51	(1), (3) 0,00 1,97 20,63	(1),(2),(3),(5) 20,00 1,06 187,96	(1) 0,00 0,98 18,32
UZSONNA		Rooibos tea Sült tarja szelet /Kométa/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Vajretek	Tej (2) Snidlinges kenőmájás /Kaiser/ (4) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka	Tej (2) Sertés párizsi /Kométa/ Vénusz margarin Búza kenyér (1) Kaliforniai paprika	Tej (2) Edámi sajt szelet (2) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Jégcsapretek
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		195,20 6,52 1,09 5,83 26,39	216,00 7,56 0,00 8,97 27,64	250,30 11,10 2,43 10,75 26,20	282,40 12,87 3,95 13,01 28,19
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(1) 5,00 0,38 9,19	(1), (2), (4) 0,00 0,18 182,70	(1), (2) 0,00 0,26 182,80	(1), (2) 0,00 0,42 343,66

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.