

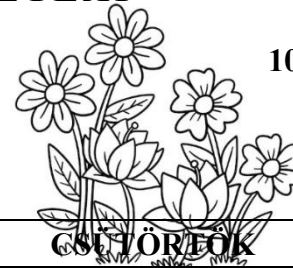
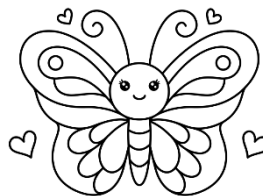
2026. Március 02. – Március 06.

TEJFEHÉRJE- 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					CSÜTÖRKÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Rizsital /Alpro/ Baracklekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Gyümölcsstea Csicseriborsókrém (6) Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika					Rooibos tea Házi tökmagvas csirkehúskrém (6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					Gyümölcsstea Növényi sajtkrém /Violife/ Búzakenyér (1) Koktélpáradicsom					Rooibos tea Csirkemell sonkakrém /Efef/ Német zsemle (1) Tricolor paprika				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	280,00	5,68	1,09	4,77	51,72	162,10	0,89	0,14	5,64	29,18	219,50	8,24	1,90	7,28	27,16	205,60	7,40	1,09	4,63	28,14	174,00	4,14	1,09	5,80	26,54
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	0,02		240,00	(1), (6)	5,00	0,52	10,46		(1), (6)	5,00	0,02	10,02		(1)	5,00	0,02	3,78		(1)	5,00	0,35		3,78
TÍZÓRAI	Házi trópusi rizstejturmix (12)					Immun Powder Gyümölcslé /Happy Day/					Házi banános rizstejturmix					Multivitamin /HohesC 100%/					Házi málnás smoothie rizstejjel				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	130,60	1,58	0,00	0,27	28,95	73,50	0,75	0,00	0,75	16,50	130,60	1,58	0,00	0,27	28,33	65,50	0,10	0,00	0,10	16,70	151,40	1,46	0,00	0,83	32,36
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	1,00	0,00		180,00	-	0,00	0,00	0,00		-	1,00	0,00	213,55		-	0,00	0,00	0,00		-	6,00	0,00		183,55
EBÉD	Halrudacska sütőben sütve /100%-os színfiléből/ (1), (8) Karfiolfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Narancs					Rakottkel kuszkuossal /Alpro rizsital/ Banán					Reszelt növényi sajt /Violife/ Finomfőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Alma					Csirkepaprikás rizstejjel (1) Durum tészta (1) /Gyermelyi, Tojásmentes/ Banán					Vagdalt szelet (1) /Tojásmentes/ Páradicsomos burgonyafőzelék (1) Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	343,00	22,41	0,00	13,72	27,05	341,20	9,82	0,00	15,68	44,91	284,20	5,50	0,00	6,70	50,72	329,30	7,22	0,00	6,74	56,99	416,40	14,10	0,03	15,53	53,61
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (8)		0,00	0,49	129,78	(1)		0,00	0,98	184,33	(1)		0,00	0,98	175,41	(1), (3)		0,00	1,97	88,33	(1)		5,00	1,10	29,41
UZZONNA	Citromos tea Kenőmájás /Nádudvar/(4) Teljes kiőrlésű bagett (1) Jégcsapretek					Rizsital /Alpro/ Borjúpárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Fürtös páradicsom					Rizsital /Alpro/ Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rizsital /Alpro/ Debreceni sonka /Kaiser/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Póréhagyma					Rizsital /Alpro/ Növényi sajtkrém /Violife/ Búzakenyér (1) Kígyóuborka				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	162,20	3,37	0,00	4,62	26,75	301,00	9,90	2,81	6,90	44,70	265,90	5,66	1,09	4,68	48,57	290,00	7,67	0,99	6,72	48,20	301,00	9,48	1,09	4,83	48,58
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)	5,00	0,18		7,44	(1), (4)	0,00		0,46	241,80	(1)	3,50	0,02	240,00		(1)	0,00	0,43	243,96		(1)	0,00	0,02		242,70

Egyesített bölcsődevezető

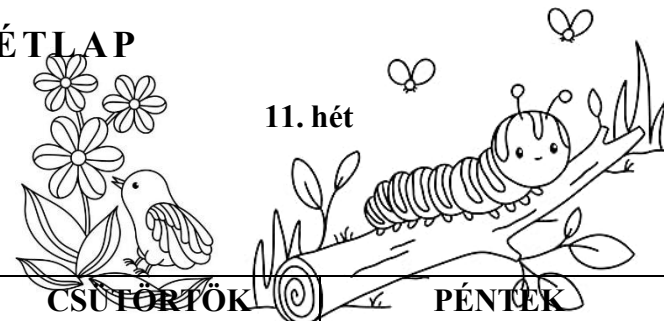
Dietetikus

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

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	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 Növényi sajtkrém /Violife/ 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	205,60	7,40	1,09	4,63	28,14	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)	5,00	0,02	3,78		(1)	8,50	0,02	3,78	
TÍZÓRAI	Házi banános smoothie rizstejjel					Almalé /HohesC 100%/					Házi barackos rizstejturmix (12)					Szőlőlé /Sió/					Házi szamócsás smoothie rizstejjel				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	123,70	1,05	0,00	0,18	27,68	64,50	0,00	0,00	0,00	15,00	309,60	2,20	0,00	2,90	69,21	61,50	0,75	0,00	0,00	14,85	153,40	1,36	0,00	0,63	33,71
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	7,00	0,00	153,55		-	0,00	0,00	0,00		-	15,00	0,10	242,40		-	0,00	0,00	0,00		-	6,00	0,00	183,55	
EBÉD	Csöbenschült brokkoli (1) /Alpro Rizsital/ Alma					Pulyka apróhús Tökfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Banán					Zöldségleves (5) Gyümölcsös rizstejberizs					Húsgombóc (1) /Tojásmentes/ Karlábefőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Narancs					Csirkemájfelfújt (1) /Tojásmentes/ Harmónia főzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Körte				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	272,10	11,17	1,48	14,81	25,31	315,00	10,47	0,00	13,50	38,66	369,50	8,14	0,00	6,79	69,57	358,40	5,51	0,00	19,90	54,16	227,40	2,62	0,03	10,79	31,60
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	1,05	49,44		(1)	0,00	1,47	163,67		(5)	5,00	1,08	228,32		(1)	0,00	1,47	296,63		(1)	0,00	0,98	75,97	
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Reszelt növényi sajt krém /Violife/ Búzakenyér (1) Jégcsapretek					Rizsital /Alpro/ Kemencés sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Csirkemell sonkakrém /Efef/ Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Rizsital /Alpro/ Baromfipárizsi /K.Í./ (4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Rizsital /Alpro/ Tavaszi növényi sajtkrém /Sárgarépa, lilahagyma, jégretek/ Búzakenyér (1) Hónapos retek				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	303,40	9,49	1,09	4,87	49,12	283,20	6,48	0,95	7,70	47,32	267,00	6,09	1,09	7,68	44,91	304,00	9,58	2,15	5,96	48,24	301,90	9,48	1,09	4,90	48,72
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	0,02	243,66		(1)	0,00	0,02	241,80		(1)	0,00	0,35	242,70		(1), (4)	0,00	0,42	242,80		(1)	0,00	0,02	245,94	

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.

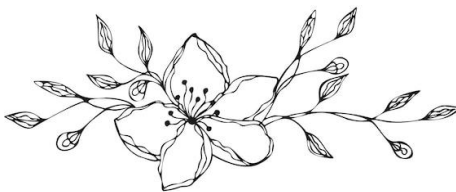
2026. Március 16. – Március 20.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES 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	Rizsital /Alpro/ Nesquik gabonaphely (1)					Gyümölcs tea Házi tökmagvas pulykahúskrém (6) Búzákenyér (1) Kígyóúborborka					Rooibos tea Növényi sajtkrém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Tricolor paprika					Gyümölcs tea Csirkemell sonkakrém /Efef/ Búzákenyér (1) Fürtös paradicsom					Rooibos tea Növényi sajtkrém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Póréhagyma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	148,60	2,26	0,06	0,88	31,12	220,80	9,04	2,04	7,85	24,82	213,00	7,87	0,95	3,38	30,41	171,50	4,02	1,09	7,30	23,76	214,00	7,88	0,95	3,52	30,49
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	0,00	240,00		(1), (6)	5,00	0,05	11,19		(1)	5,00	0,02	3,78		(1)	5,00	0,35	5,58		(1)	5,00	0,02	7,74	
TÍZÓRAI	Házi málnás smoothie rizstejjel					Őszibarackos narancslé /Sió/					Házi almás rizstejturmix					Alma-Mangólé /Happy Day 100%-os/					Házi trópusi rizstejturmix (12)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	146,60	1,73	0,00	0,87	30,68	51,00	0,00	0,00	12,00	0,00	108,50	1,58	0,00	0,45	23,10	70,50	0,75	0,00	0,75	16,50	130,60	1,58	0,00	0,27	28,95
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	1,00	0,00	213,55		-	0,00	0,00	0,00		-	0,00	0,00	182,48		-	0,00	0,00	0,00		(12)	1,00	0,00	180,00	
EBÉD	Halpogácsa (1),(8) /Tojásmentes/ Zöldborsófőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Körte					Magyaros kiskagyló (1) /Durum tészta, Tojásmentes/ Alma					Csirke apróhús Salátafőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Banán					Sült sertéskaraj Paradicsomos káposztafőzelék (1) Alma					Párolt pulykamell Sóskamártás (1) /Alpro Rizsital/ Főtt burgonya Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	314,80	6,90	0,03	20,73	36,86	289,90	7,01	0,00	7,21	48,17	277,90	5,22	0,00	21,18	47,88	316,40	15,28	0,00	16,19	25,74	424,10	12,09	0,00	16,79	58,81
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (8)	0,00	1,47	132,61		(1)	0,00	1,47	12,77		(1)	0,00	1,47	219,75		(1)	5,00	1,48	51,75		(1)	5,00	2,06	217,87	
UZSONNA	Citromos tea Borjómájás /Nádudvar/(4) Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélparadicsom					Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Búzákenyér (1) Jégcsapretek					Rizsital /Alpro/ Prágai sonkakrém /Kométa/ Búzákenyér (1) Fürtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Szamócalekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Német zsemle (1)					Rizsital /Alpro/ Sertéspárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Búzákenyér (1) Kaliforniai paprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	162,60	3,38	0,00	4,63	26,75	303,40	9,49	1,09	4,87	49,12	275,80	6,75	1,51	7,55	44,83	272,70	5,81	1,09	3,11	51,44	296,80	9,10	2,49	7,36	45,88
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)	5,00	0,18	3,78		(1)	0,00	0,02	243,66		(1)	0,00	0,38	241,80		(1)	0,00	0,02	240,00		(1), (4)	0,00	0,02	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) szeszamag, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfűt, (14) puhatestűek.

2026. Március 23. – Március 27.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES 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	Rizsital /Alpro/ Baracklekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Gyümölcsstea Vöröslencsekrém (6) Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Rooibos tea Sült paprikakrém Búzakenyér (1) Póréhagyma					Gyümölcsstea Tőkealmájkrém (6),(8) Búzakenyér (1) Vajretek					Rooibos tea Erdei gyümölcslekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	280,00	5,68	1,09	4,77	51,72	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)	0,00	0,02	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 rizstejturmix (12)					Ananászlé /Happy Day 100%/					Házi szamócsás smoothie rizstejjel					Meggy-szilva almale /Sió/					Házi banános rizstejturmix				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	129,70	1,59	0,00	0,50	29,23	81,00	0,15	0,00	0,60	18,45	153,40	1,36	0,00	0,63	33,71	51,00	0,00	0,00	0,00	12,00	123,70	1,05	0,00	0,18	27,68
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(12)	2,00	0,01	180,00		-	0,00	0,00	0,00		-	6,00	0,00	183,55		-	0,00	0,00	0,00		-	7,00	0,00	153,55	
EBÉD	Reszelt növényi sajt /Violife/ Brokkolifőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Körte					Gulyásleves (5) Rizstejbedara kakaós szóráttal /Holland/ (1)					Pulykavagdalt (1) /Tojásmentes/ Cukkínifőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Alma					Mexikói csirkeragu (1) /Alpro Rizsital/ Párolt basmati rizs Banán					Párolt pulykamell Édesburgonyapüré /Alpro Rizsital/ Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	207,40	5,21	0,15	5,54	31,55	308,40	8,11	0,00	13,77	42,41	261,40	10,38	0,00	13,68	37,39	418,10	9,25	0,00	19,81	62,87	351,00	13,18	0,95	14,16	39,77
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	1,03	98,52		(1), (5)	5,00	0,49	145,76		(1)	0,00	2,06	107,99		-	0,00	1,97	156,70		-	0,00	2,96	54,07	
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Vajretek					Rizsital /Alpro/ Prágai sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Tricolor paprika					Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Koktélparadicsom					Rizsital /Alpro/ Sonkakrém /Kométa/ Német zsemle (1) Kígyóborka					Rizsital /Alpro/ Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	306,40	9,62	1,09	3,28	51,17	283,20	7,22	1,37	6,48	47,82	303,80	9,50	1,09	4,88	49,12	275,40	6,10	1,09	7,40	47,29	279,20	6,60	0,95	6,61	48,06
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	0,02	245,41		(1)	0,00	0,38	240,00		(1)	0,00	0,02	240,00		(1)	0,00	0,02	242,70		(1)	0,00	0,35	242,80	

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

Az étrend az ételsoranként 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) kénidioxid, szulfid, (13) csillagfű, (14) puhatestűek.

2026. Március 30. – Április 03.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



14. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK
REGGELI	Gyümölcsstea Sárgabaracklekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Német zsemle (1)					Rooibos tea Növényi sajtkrém /Violife/ Búzakenyér (1) Koktélpáradicsom					Gyümölcsstea Lazackrém (6),(8) /Rio Mare/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Rooibos tea Sonkakrém /Kométa/ 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	205,60	7,40	1,09	4,63	28,14	194,10	6,66	1,28	4,93	26,88	176,40	3,89	1,09	8,78	24,69	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,02		3,78	(1)	5,00	0,02		3,78	(1), (6), (8)	5,00	0,04		6,48	(1)	5,00	0,02		3,78	
TÍZÓRAI	Őszibaracklé /Happy Day/					Házi szamócás smoothie rizstejjel					Körtelé /Sió/					Házi almás rizstejturmix					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	51,00	0,00	0,00	0,00	11,85	153,40	1,36	0,00	0,63	33,71	63,00	0,15	0,00	0,15	18,00	108,50	1,58	0,00	0,45	23,10	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	0,00		0,00	0,00	-	6,00	0,00		183,55	-	0,00	0,02		0,00	-	0,00	0,00		182,48	
EBÉD	Párolt csirkecomb filé Royalfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Alma					Bolognai ragu növényi sajttal /Violife/ (5) Durum tészta (1) /Gyermelyi, tojásmentes/ Banán					Pulyka apróhús Céklafőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma					Lecsós sertéskaraj Bulgur (1) Banán					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	144,40	3,02	0,15	3,56	23,13	476,00	14,27	0,00	16,78	67,00	269,20	10,40	0,00	13,36	28,48	329,50	10,24	0,00	16,98	39,84	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		0,00	1,59	95,19	(1)		0,00	1,97	84,73	(1)		0,00	0,98	104,81	(1)		0,00	0,59	96,24	
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Jégcsapretek					Rizsital /Alpro/ Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rizsital /Alpro/ Nosztalgia párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Német zsemle (1) Kaliforniai paprika					Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	277,40	6,59	0,95	6,52	47,77	265,90	5,66	1,09	4,68	48,57	295,00	9,13	1,09	4,98	47,79	311,80	9,98	0,95	3,50	50,72	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		0,00	0,35	243,66	(1)	3,50	0,02		240,00	(1), (4)		0,00	0,02	242,80	(1)		0,00	0,02	241,80	

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

2026. Április 06. – Április 10.

TEJFEHÉRJE- 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>	Rizsital /Alpro/ Cini-Minis gabonaphely (1)	Gyümölcs tea Csicseriborsókrém (6) Búza kenyér (1) Fürtös paradicsom	Rooibos tea Házi tökmagvas csirkehús krém (6) Búza kenyér (1) Vajretek	Citromos tea Sonkakrém /Efef/ Búza kenyér (1) Zöldpaprika
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		252,00 5,19 0,33 2,19 48,62	160,70 0,89 0,14 5,38 28,18	213,90 7,78 2,04 8,56 25,31	174,40 3,89 1,09 8,75 24,24
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(1) 7,47 0,00 240,00	(1), (6) 5,00 0,52 9,46	(1), (6) 5,00 0,05 12,73	(1) 5,00 0,02 5,18
TÍZÓRAI		Házi trópusi rizstejturmix (12)	Immun Active Gyümölcslé /Happy Day/	Házi barackos smoothie rizstejjel (12)	Multivitamin /HohesC 100%/
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		130,60 1,58 0,00 0,27 28,95	79,50 0,75 0,00 0,75 18,00	129,70 1,59 0,00 0,50 29,23	65,50 0,10 0,00 0,10 16,70
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(12) 1,00 0,00 180,00	- 0,00 0,00 0,00	(12) 2,00 0,01 180,00	- 0,00 0,00 0,00
EBÉD		Parajos penne hallal és növényi sajttal /Tojásmentes/ (1),(8) Banán	Paradicsomos húsgombóc /Tojásmentes/ (1) Főtt burgonya Alma	Tárkonyos raguleves /Alpro rizsital/ (1),(5) Rizstejbedara kakaós szóráttal /Holland/ (1)	Csirkepecsenye Kínai fűszerekkel (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		418,20 9,00 0,00 17,61 63,27	250,50 3,59 0,00 13,20 39,45	351,60 10,22 0,00 12,57 49,37	249,00 8,79 0,00 16,68 23,44
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(1), (8) 0,00 1,97 102,01	(1) 0,00 1,97 21,22	(1), (5) 5,00 0,98 207,17	(1) 0,00 0,98 18,32
UZSONNA		Rooibos tea Sült tarja szelet /Kométa/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Koktélparadicsom	Rizsital /Alpro/ Snidlinges kenőmájás /Kaiser/(4) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka	Rizsital /Alpro/ Sertés párizsi /Kométa/ Vénusz margarin Búza kenyér (1) Kaliforniai paprika	Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Jégcsapretek
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		195,60 6,53 1,09 5,80 26,46	258,00 5,46 0,00 4,83 47,19	292,30 9,00 2,43 6,61 45,75	311,40 9,97 0,95 3,67 51,44
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(1) 5,00 0,38 3,78	(1), (4) 0,00 0,18 242,70	(1) 0,00 0,26 242,80	(1) 0,00 0,02 243,66

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