

2026. Április 13. – Április 17.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP



16. hét



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	Gyümölcs tea Csipkelekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rooibos tea Tonhalkrém (6),(8) /Rio Mare/ Kiskifli (1),(2) Vajretek					Rooibos tea Padlizsánkrém (3),(6) Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Gyümölcs tea Vöröslencsekrém (6) Német zsemle (1) Koktélpáradicsom					Gyümölcs tea Natúr vajkrém (2) Kiskifli (1),(2) Póréhagyma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	174,90	3,56	1,09	4,48	29,34	201,40	9,39	1,06	5,38	21,91	201,70	7,74	2,05	5,11	25,97	157,40	0,86	0,14	3,96	30,08	163,00	5,58	0,11	3,21	22,99
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,02	3,78		(1), (2), (6), (8)	5,00	0,21	5,15		(1), (3), (6)	5,00	0,07	10,97		(1), (6)	5,00	0,52	10,47		(1), (2)	5,00	0,00	7,74	
TÍZÓRAI	Házi banános smoothie (2)					Szőlőlé /Sió/					Házi málnás smoothie (2)					Almalé /HohesC 100%/					Actimel (2)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	120,10	4,20	0,00	4,50	15,43	61,50	0,75	0,00	0,00	14,85	136,10	4,35	0,00	5,10	17,78	89,00	0,10	0,00	0,10	21,30	76,00	1,50	0,00	2,80	12,00
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)	1,00	0,00	213,55		-	0,00	0,00	0,00		(2)	1,00	0,00	213,55		-	0,00	0,00	0,00		(2)	0,00	0,00	120,00	
EBÉD	Vagdalt szelet (1),(3) Tökfőzelék (1),(2) Mandarin					Csirkepaprikás (1),(2) Copfocska tészta (1),(3) /Típegő: Burgonyapüré (2)/ Alma					Húsgombóc (1),(3) Karábéfőzelék (1),(2) Banán					Pulyka apróhús Salátafőzelék (1),(2) Körte					Reszelt sajt (2) Finomfőzelék (1),(2) Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	342,70	13,90	2,83	14,83	37,69	348,70	10,90	2,80	21,05	39,77	403,00	8,55	1,89	20,63	57,97	275,90	11,88	0,70	16,00	29,70	288,30	9,15	0,00	13,26	36,41
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	0,00	0,61	115,67		(1), (2), (3)	0,00	1,98	37,40		(1), (2), (3)	0,00	1,49	308,99		(1), (2)	0,00	1,49	92,96		(1), (2)	0,00	0,79	277,69	
UZSONNA	Tej (2) Sült karaj sonka /Kométa/ Vénusz margarin /Típegő: Sonkakrém/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Tej (2) Ementáli szelet/Pannónia/ (2) Vénusz margarin /Típegő: Sajtkrém (2)/ Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Nosztalgia párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin /Típegő: Párizsikrém/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Hónapos retek					Tej (2) Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin /Típegő: Tojáskrém (3),(6)/ Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Tej (2) Borjómájás /Pick/ (2),(4) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	256,80	11,08	0,95	10,44	27,37	285,80	13,40	4,89	14,50	26,15	254,70	11,56	0,95	9,49	27,76	242,40	10,19	1,09	12,16	25,39	256,80	11,46	22,60	10,17	27,83
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,38	181,80		(1), (2)	0,00	0,17	182,80		(1), (2), (4)	0,00	0,02	185,94		(1), (2), (3)	0,00	0,02	189,40		(1), (2), (4)	0,00	0,36	182,70	

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

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



Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egysített Bölcsődevezető

ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	Tej (2) Teavaj /Ammerland/ (2) Vajas kalács (1),(2),(3)	<p style="text-align: center;"><i>Április 21.</i> <i>Bölcsődék Napja</i></p>	Gyümölcs tea Körözött (2) Búzakenyér (1) Kígyóuborka	Rooibos tea Házi pulykahúskrém (6) Kiskifli (1),(2) Vajretek	Citromos tea Tepsis bundás kenyér (1),(2),(3) /Típegő: Tojáskrém (3),(6), Búzakenyér (1)/ Zöldpaprika
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	265,40 13,00 0,00 8,18 28,70		184,70 4,68 1,54 8,22 25,15	175,20 5,52 1,06 6,88 22,36	281,10 13,17 2,94 13,45 25,64
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3) 0,80 0,35 203,30		(1), (2) 5,00 0,11 52,85	(1), (2), (6) 5,00 0,14 9,07	(1), (2), (3) 5,00 0,71 159,55
TÍZÓRAI	Házi trópusi tejturmix (2),(12)		Házi szamócsás smoothie (2)	Multivitamin /Happy Day 100%/	Házi barackos tejturmix (2),(12)
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	120,10 4,20 0,00 4,50 15,74		144,60 3,55 0,00 4,15 22,96	69,00 0,15 0,00 0,15 18,00	115,10 4,22 0,00 4,73 15,33
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2), (12) 1,00 0,00 196,78		(2) 6,00 0,00 183,55	- 0,00 0,00 0,00	(2), (12) 1,00 0,01 180,00
EBÉD	Halrudacska sütőben süttve /100%-os színfiléből/ (1),(8) /Típegő: Párolt tonhal (8)/ Karfiolfőzelék (1),(2) Alma	Csirkepecsenye Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Körte	Frankfurti leves (1),(2),(5) Piskótatekercs (1),(3) /Típegő: Főtt füstli virsli, Kelkáposztafőzelék (1)/ Banán	Sertés apróhús Zöldeborsófőzelék (1),(2) Alma	
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	336,20 16,49 3,34 13,81 30,72	371,70 9,01 0,00 18,46 50,71	452,60 16,20 5,38 13,06 61,29	309,80 11,44 0,00 21,29 24,43	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (8) 0,00 1,23 111,46	(1) 5,00 1,50 34,70	(1),(2),(3),(5) 21,00 1,80 109,98	(1), (2) 0,00 0,98 106,38	
UZSONNA	Gyümölcs tea Házi tökmagvas csirkemájkrém (6) Német zsemle (1) Fürtös paradicsom	Tej (2) Gouda sajt szelet (2) Vénusz margarin /Típegő: Sajtkrém/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Hónapos retek	Tej (2) Csirkemellsonka /Efef/ Vénusz margarin /Típegő: Sonkakrém/ Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika	Tej (2) Zöldfűszeres vajkrém (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélparadicsom	
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	183,60 4,33 1,09 5,98 27,26	288,10 13,66 4,25 12,94 27,73	229,20 8,22 1,09 11,95 26,19	245,80 10,44 3,28 8,38 29,13	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (6) 5,00 1,02 32,93	(1), (2) 0,00 0,42 185,94	(1), (2) 0,00 0,35 182,80	(1), (2) 0,52 0,30 180,00	

Egysített bölcsődevezető

Dietetikus

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

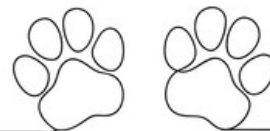
2026. Április 27. – Május 01.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



18. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	Gyümölcsstea Szamócalekvár / <i>Kecskeméti</i> / Vénusz margarin Búzakenyér (1)	Gyümölcsstea Lazackrém (6),(8) /Rio Mare/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka	Gyümölcsstea Csicseriborsókrém (6) Kiskifli (1),(2) Zöldpaprika	Rooibos tea Tojáskrém (3),(6) Búzakenyér (1) Póréhagyma	<p><i>Május 01.</i></p>
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	171,50 3,58 1,09 4,49 28,34	194,10 6,66 1,28 4,93 26,88	139,40 0,86 0,11 3,44 26,05	204,02 8,09 2,04 6,70 24,54	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1) 5,00 0,02 3,78	(1), (6), (8) 5,00 0,04 6,48	(1), (2), (6) 5,00 0,52 9,06	(1), (3), (6) 5,00 0,05 12,54	
TÍZÓRAI	Actimel (2)	Kajsziaracklé / <i>Sió</i> /	Házi málnás smoothie (2)	Ananászlé /Happy Day 100%/	
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	76,00 1,50 0,00 2,80 12,00	52,50 0,00 0,00 0,00 12,00	136,10 4,35 0,00 5,10 17,78	75,00 0,08 0,00 0,30 17,25	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2) 0,00 0,00 120,00	- 0,00 0,00 0,00	(2) 1,00 0,00 213,55	- 0,00 0,00 0,00	
EBÉD	Sajtropogós (1),(2),(3) /Tipegő: Reszelt sajt (2)/ Brokkolifőzelék (1),(2) Alma	Pulyka aprópecsenye Cékla főzelék (1),(2) Banán	Csirkemájfelfújt (1),(3) Harmónia főzelék (1),(2) Körte	Tarhonyás hús (1),(3) /Tipegő: Sertés apróhús, Burgonyapüré (2)/ Csemege uborka (6) Narancs	
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	343,30 14,18 0,85 16,36 35,34	298,20 11,27 0,00 14,45 31,80	231,90 3,63 0,03 12,28 29,04	342,60 9,92 0,00 16,80 43,07	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3) 0,00 1,44 238,80	(1), (2) 0,00 0,98 160,76	(1), (2), (3) 0,00 0,98 77,57	(1), (3), (6) 0,00 0,98 79,24	
UZSONNA	Tej (2) Kemencés sonka / <i>Kométa</i> / Vénusz margarin /Tipegő: Sonkakerem/ Német zsemle (1) Fürtös paradicsom	Tej (2) Chocapic gabonapehely (1) /Tipegő: Baracklekvár, Vénusz margarin, Búzakenyér (1)/	Tej (2) Reszelt sajtkrém (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpáradicsom	Tej (2) Sertéspárizsi / <i>Pick</i> /(4) Vénusz margarin /Tipegő: Párizsikrém/ Német zsemle (1) Kaliforniai paprika	
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	251,80 10,73 1,09 10,01 27,17	134,20 4,79 0,03 5,64 16,63	270,70 12,18 0,95 11,57 28,26	257,80 11,30 2,49 9,87 28,45	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2) 0,00 0,38 181,80	(1), (2) 0,00 0,00 180,00	(1), (2) 0,00 0,17 270,00	(1), (2), (4) 0,00 0,02 182,80	

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

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



Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egysített Bölcsődevezető

ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Gyümölcsstea Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rooibos tea Zöldfűszeres vajkrém (2) Kiskifli (1),(2) Póréhagyma					Citromos tea Tavaszi túrókrém (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Gyümölcsstea Házi tökmagvas csirkehúskrém (6) Búzakenyér (1) Tricolor paprika					Rooibos tea Kockasajt /Medve/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Hónapos retek				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	167,70	3,56	1,09	4,43	27,59	163,40	5,74	3,39	3,23	23,07	184,30	3,85	1,19	6,34	29,06	213,70	7,78	2,04	8,48	25,33	184,10	5,06	2,60	5,84	27,18
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	8,50	0,02	3,78		(1), (2)	5,52	0,30	7,74		(1), (2)	5,00	0,11	37,11		(1), (6)	5,00	0,05	7,32		(1), (2)	5,00	0,40	93,72	
TÍZÓRAI	Házi banános smoothie (2)					Alma-Mangólé /Happy Day 100%-os/					Házi ananászos tejturmix (2),(12)					Őszibarackos narancslé /Sió/					Házi szamócás smoothie (2)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	120,10	4,20	0,00	4,50	15,43	70,50	0,75	0,00	0,75	16,50	106,50	2,80	0,00	3,00	17,70	51,00	0,00	0,00	0,00	12,00	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), (12)	5,00	0,00	120,00		-	0,00	0,00	0,00		(2)	6,00	0,00	183,55	
EBÉD	Főtt tojás (3) Parajfőzelék (1),(2) Banán					Rakott halas hercegnő burgonya (1),(2),(8) /Tipegő: Párolt hal (8), Burgonyapüré (2)/ Alma					Grill csirkemell Royalfőzelék (1),(2) /Brokkoli, karfiol. sárgarépa/ Körte					Pulykaraguleves (1),(2),(5) Almás kevert sütemény (1),(2),(3) /Tipegő: Párolt pulykamell, Kertészfőzelék (1),(2),(5) Alma/					Sült sertéskaraj Paradicsomos káposztafőzelék (1) Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	284,30	11,55	0,00	13,09	27,80	324,60	16,83	0,00	12,64	29,95	244,50	7,42	0,15	19,51	21,44	497,60	28,09	4,20	14,38	42,54	366,10	15,05	0,00	15,68	36,94
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	0,00	0,98	138,46		(1), (2), (8)	0,00	1,04	83,09		(1), (2)	0,00	1,10	100,87		(1),(2),(3),(5)	16,67	1,13	82,04		(1)	5,00	1,48	107,69	
UZSONNA	Tej (2) Mozzarella sajt szelet (2) Vénusz margarin /Tipegő: Mozzarella sajtkrém/ Német zsemle (1) Koktélparadicsom					Tej (2) Áfonyalekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Tej (2) Borjúpárizsi /Pick/(4) Vénusz margarin /Tipegő: Párizsikrém/ Német zsemle (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Magyaros vajkrém (2) Kiskifli (1),(2) Fürtös paradicsom					Tej (2) Selyemsonka /Sága/ (2) Vénusz margarin /Tipegő: Sonkakrém (2)/ Búzakenyér (1) Kígyóborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	275,00	12,33	3,95	12,39	28,09	248,20	7,84	1,09	8,88	34,57	263,40	12,13	2,81	9,67	28,27	219,40	9,78	0,11	7,35	23,86	233,80	8,78	1,09	11,97	25,99
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,32	180,00		(1), (2)	0,00	0,02	180,00		(1), (2), (4)	0,00	0,46	182,80		(1), (2)	0,00	0,00	181,80		(1), (2)	0,00	0,56	182,70	

Egysített 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) csillagfürt, (14) puhatestűek.