

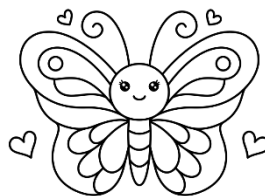
2026. Április 13. – Április 17.

LAKTÓZ- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egysített Bölcsődevezető



16. hét

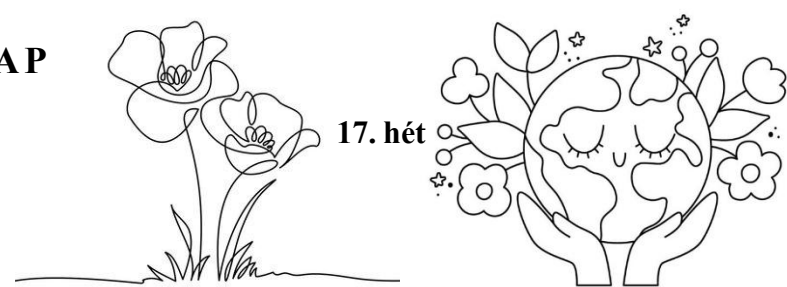


| ÉTKEZÉSEK | HÉTFŐ | | | | | KEDD | | | | | SZERDA | | | | | CSÜTÖRTÖK | | | | | PÉNTEK | | | | |
|---|---|-------|------|--------|-------|--|-------|------|--------|-------|--|-------|------|--------|-------|---|-------|------|--------|-------|--|------|------|--------|-------|
| REGGELI | Gyümölcs tea Csipkelekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) | | | | | Rooibos tea Tonhalkrém (6),(8) /Rio Mare/ Búzakenyér (1) Vajretek | | | | | Rooibos tea Padlizsánkrém (6) /Tojásmentes/ Búzakenyér (1) Kígyóuborka | | | | | Gyümölcs tea Vöröslencsekrém (6) Német zsemle (1) Koktélpáradicsom | | | | | Gyümölcs tea Laktózmentes kockasajt /Medve/ (2) Búzakenyér (1) Póréhagyma | | | | |
| Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 174,90 | 3,56 | 1,09 | 4,48 | 29,34 | 220,10 | 9,41 | 1,09 | 7,43 | 24,25 | 168,80 | 4,13 | 1,09 | 5,08 | 25,85 | 157,40 | 0,86 | 0,14 | 3,96 | 30,08 | 192,80 | 6,60 | 4,14 | 7,12 | 24,47 |
| Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg) | (1) | 5,00 | 0,02 | 3,78 | | (1), (6), (8) | 5,00 | 0,21 | 5,15 | | (1) | 5,00 | 0,02 | 15,87 | | (1), (6) | 5,00 | 0,52 | 10,47 | | (1), (2) | 5,00 | 0,40 | 77,74 | |
| TÍZÓRAI | Házi banános laktózmentes smoothie (2) | | | | | Szőlőlé /Sió/ | | | | | Házi málnás laktózmentes smoothie (2) | | | | | Almalé /HohesC 100%/ | | | | | Laktózmentes ivóyoghurt /Jogobella/ (2) | | | | |
| Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 120,10 | 4,20 | 0,00 | 4,50 | 15,28 | 61,50 | 0,75 | 0,00 | 0,00 | 14,85 | 136,10 | 4,35 | 0,00 | 5,10 | 17,63 | 89,00 | 0,10 | 0,00 | 0,10 | 21,30 | 176,00 | 5,40 | 3,60 | 7,20 | 22,80 |
| Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg) | (2) | 1,00 | 0,20 | 213,55 | | - | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | (2) | 1,00 | 0,20 | 213,55 | | - | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | (2) | 0,00 | 0,00 | 240,00 | |
| EBÉD | Vagdalt szelet (1) /Tojásmentes/ Tökfőzelék (1),(2) /Laktózmentes/ Mandarin | | | | | Csirkepaprikás (1),(2) /Laktózmentes/ Copfocska durum tészta (1) Alma | | | | | Húsgombóc (1) /Tojásmentes/ Karalábefőzelék (1),(2) /Laktózmentes/ Banán | | | | | Pulyka apróhús Salátafőzelék (1),(2) Körte | | | | | Reszelt laktózmentes sajt (2) Finomfőzelék (1),(2) /Saját anyaggal sűrítve/ Banán | | | | |
| Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 303,60 | 9,94 | 0,03 | 14,31 | 37,34 | 330,60 | 11,29 | 2,80 | 7,89 | 47,81 | 380,80 | 6,04 | 0,00 | 20,26 | 57,95 | 270,20 | 11,16 | 0,00 | 16,11 | 29,64 | 254,10 | 6,55 | 0,00 | 10,56 | 36,35 |
| Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg) | (1), (2) | 0,00 | 1,12 | 100,87 | | (1), (2), (3) | 0,00 | 1,98 | 20,40 | | (1), (2) | 0,00 | 1,51 | 321,54 | | (1), (2) | 0,00 | 1,47 | 68,96 | | (1), (2) | 0,00 | 0,53 | 241,69 | |
| UZSONNA | Laktózmentes tej (2) Sült karaj sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom | | | | | Laktózmentes tej (2) Pannónia sajt szelet (2) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika | | | | | Laktózmentes tej (2) Nosztalgia párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Hónapos retek | | | | | Laktózmentes tej (2) Sonka szelet /Kométa/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Zöldpaprika | | | | | Laktózmentes tej (2) Borjómájás /Nádudvar/ (4) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka | | | | |
| Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 284,80 | 12,48 | 0,95 | 11,94 | 29,52 | 313,80 | 14,80 | 4,89 | 16,00 | 28,30 | 282,70 | 12,96 | 0,95 | 10,99 | 29,91 | 261,00 | 10,26 | 1,09 | 13,83 | 27,48 | 244,00 | 8,96 | 0,00 | 10,47 | 29,79 |
| Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg) | (1), (2) | 0,00 | 0,64 | 241,80 | | (1), (2) | 0,00 | 0,43 | 242,80 | | (1), (2), (4) | 0,00 | 0,28 | 245,94 | | (1), (2) | 0,00 | 0,43 | 246,20 | | (1), (2), (4) | 0,00 | 0,44 | 242,70 | |

Egysített 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) csillagfűrt, (14) 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 | Laktózmentes tej (2) Baracklekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1) | <p style="text-align: center;"><i>Április 21. Bölcsődék Napja</i></p> | Gyümölcs tea Sonkakrém /Kométa/ Búzakenyér (1) Kígyóborka | Rooibos tea Házi pulykahúskrém (6) Búzakenyér (1) Vajretek | Citromos tea Trappista laktózmentes sajtkrém (2) Búzakenyér (1) Zöldpaprika |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 235,40 9,16 1,09 10,32 27,12 | | 174,20 3,88 1,09 8,78 24,20 | 193,80 5,54 1,09 8,93 24,71 | 220,40 8,79 1,09 9,35 24,14 |
| Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg) | (1), (2) 0,00 0,28 240,00 | | (1) 5,00 0,02 6,48 | (1), (6) 5,00 0,14 9,07 | (1), (2) 5,00 0,02 149,18 |
| TÍZÓRAI | Házi trópusi laktózmentes tejturmix (2),(12) | | Laktózmentes ivójoghurt /Jogobella/ (2) | Multivitamin /Happy Day 100%/ | Házi barackos laktózmentes tejturmix (2),(12) |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 120,10 4,20 0,00 4,50 15,90 | | 144,60 3,55 0,00 4,15 22,83 | 69,00 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) | (2), (12) 1,00 0,20 180,00 | | (2) 6,00 0,16 183,55 | - 0,00 0,00 0,00 | (2), (12) 0,00 0,00 240,00 |
| EBÉD | Halrudacska sütőben sütvé /100%-os színfiléből/ (1),(8) Karfiolfőzelék (1),(2) /Laktózmentes/ Alma | Csirkepecsenye Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Körte | Frankfurti leves (1),(2),(5) /Laktózmentes/ Laktózmentes tejbedara kakaószóráttal /Holland/ (2) Banán | Sertés apróhús Zöldborsófőzelék (1),(2) /Saját anyaggal sűrítve/ Alma | |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 348,90 16,83 3,34 14,49 32,43 | 371,70 9,01 0,00 18,46 50,71 | 459,40 18,74 5,38 15,65 53,96 | 309,80 11,44 0,00 21,29 24,40 | |
| Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg) | (1), (2), (8) 0,00 1,25 99,25 | (1) 5,00 1,50 34,70 | (1), (2) 5,00 2,04 323,68 | (1), (2) 0,00 1,02 130,88 | |
| UZSONNA | Gyümölcs tea Házi tökmagvas csirkemájkrém (6) Német zsemle (1) Fürtös paradicsom | Laktózmentes tej (2) Trappista laktózmentes sajt szelet (2) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Hónapos retek | Laktózmentes tej (2) Csirkemellsonka /Efef/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika | Laktózmentes tej (2) Laktózmentes kockasajt /Medve/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpaprika | |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 183,60 4,33 1,09 5,98 27,26 | 313,30 14,86 0,95 14,14 30,14 | 257,20 9,62 1,09 13,45 28,33 | 284,60 12,68 4,00 11,72 30,34 | |
| Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg) | (1), (6) 5,00 1,02 32,93 | (1), (2) 0,00 0,28 389,94 | (1), (2) 0,00 0,61 242,80 | (1), (2) 0,00 0,66 310,00 | |

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

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

2026. Április 27. – Május 01.

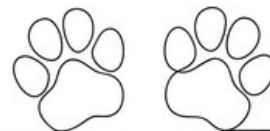
LAKTÓZ- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

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 /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) | | | | | Gyümölcsstea Lazackrém (6),(8) /Rio Mare/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka | | | | | Gyümölcsstea Csicseriborsókrém (6) Búzakenyér (1) Zöldpaprika | | | | | Rooibos tea Sonkakrém /Kométa/ 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 | 158,10 | 0,88 | 0,14 | 5,48 | 28,40 | 177,40 | 3,90 | 1,09 | 8,92 | 24,77 | |
| Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg) | (1) | 5,00 | 0,02 | 3,78 | | (1), (6), (8) | 5,00 | 0,04 | 6,48 | | (1), (6) | 5,00 | 0,52 | 9,06 | | (1) | 5,00 | 0,02 | 7,74 | | |
| TÍZÓRAI | Laktózmentes ivójoghurt /Jogobella/ (2) | | | | | Kajsziabaracklé /Sió/ | | | | | Házi málnás laktózmentes smoothie (2) | | | | | Ananászlé /Happy Day 100%/ | | | | | |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 176,00 | 5,40 | 3,60 | 7,20 | 22,80 | 52,50 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 12,00 | 136,10 | 4,35 | 0,00 | 5,10 | 17,63 | 75,00 | 0,08 | 0,00 | 0,30 | 17,25 | |
| Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg) | (2) | 0,00 | 0,00 | 240,00 | | - | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | (2) | 1,00 | 0,20 | 213,55 | | - | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | |
| EBÉD | Sajtropogós (1),(2) /Laktóz-, és tojásmentes/ Brokkolifőzelék (1),(2) /Laktózmentes/ Alma | | | | | Pulyka aprópecsenye Céklafőzelék (1),(2) /Burgonyával sűrítve/ Banán | | | | | Csirkemájfelfűjt (1) /Tojásmentes/ Harmónia főzelék (1),(2) /Laktózmentes/ Körte | | | | | Sertés apróhús Durum tészta köret (1) Csemege uborka (6) Narancs | | | | | |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 352,90 | 15,29 | 2,98 | 16,44 | 34,57 | 287,00 | 10,71 | 0,00 | 13,85 | 30,83 | 225,30 | 3,15 | 0,03 | 11,64 | 28,99 | 399,90 | 11,81 | 0,00 | 19,96 | 50,66 | |
| Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg) | (1), (2) | 0,00 | 1,13 | 249,20 | | (1), (2) | 0,00 | 1,02 | 136,74 | | (1), (2) | 0,00 | 1,02 | 75,97 | | (1), (2) | 0,00 | 1,47 | 51,55 | | |
| UZSONNA | Laktózmentes tej (2) Kemencés sonka /Kométa/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Fürtös paradicsom | | | | | Laktózmentes tej (2) Chocapic gabonapehely (1) | | | | | Laktózmentes tej (2) Reszelt laktózmentes sajtkrém (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpáradicsom | | | | | Laktózmentes tej (2) Sertéspárizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Német zsemle (1) Kaliforniai paprika | | | | | |
| Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 279,80 | 12,13 | 1,09 | 11,51 | 29,32 | 162,20 | 6,19 | 0,03 | 7,14 | 18,78 | 315,20 | 14,88 | 0,95 | 14,12 | 30,54 | 285,80 | 12,73 | 2,49 | 11,37 | 30,60 | |
| Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg) | (1), (2) | 0,00 | 0,64 | 241,80 | | (1), (2) | 0,00 | 0,26 | 240,00 | | (1), (2) | 0,00 | 0,28 | 384,00 | | (1), (2), (4) | 0,00 | 0,28 | 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) szeszámag, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfürt, (14) puhatestűek.

2026. Május 04. – Május 08.

LAKTÓZ- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP



19. 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 | Gyümölcstea Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1) | | | | | Rooibos tea Laktózmentes kockasajt /Medve/ (2) Búzakenyér (1) Póréhagyma | | | | | Citromos tea Kemencés sonkakrém /Kométa/ Teljes kiörlésű bagett (1) Kígyóborka | | | | | Gyümölcstea Házi tökmagvas csirkehúskrém (6) Búzakenyér (1) Tricolor paprika | | | | | Rooibos tea Laktózmentes kockasajt /Medve/ (2) Teljes kiörlésű bagett (1) Hónapos retek | | | | |
| Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 167,70 | 3,56 | 1,09 | 4,43 | 27,59 | 196,40 | 5,80 | 0,14 | 9,52 | 24,67 | 182,20 | 4,36 | 0,95 | 7,58 | 26,52 | 213,70 | 7,78 | 2,04 | 8,48 | 25,33 | 198,50 | 7,06 | 4,00 | 5,84 | 26,36 |
| Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg) | (1) | 8,50 | 0,02 | 3,78 | | (1), (2) | 5,00 | 0,00 | 151,74 | | (1) | 5,00 | 0,02 | 6,48 | | (1), (6) | 5,00 | 0,05 | 7,32 | | (1), (2) | 5,00 | 0,40 | 79,72 | |
| TÍZÓRAI | Házi banános laktózmentes smoothie (2) | | | | | Alma-Mangólé /Happy Day 100%-os/ | | | | | Laktózmentes ivójoghurt /Jogobella/ (2) | | | | | Őszibarackos narancslé /Sió/ | | | | | Házi szamócás laktózmentes smoothie (2) | | | | |
| Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 120,10 | 4,20 | 0,00 | 4,50 | 15,28 | 70,50 | 0,75 | 0,00 | 0,75 | 16,50 | 138,50 | 2,80 | 0,00 | 3,00 | 24,98 | 51,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 12,00 | 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) | 5,00 | 0,13 | 153,55 | | - | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | (2) | 6,00 | 0,16 | 183,55 | |
| EBÉD | Párolt pulykamell Parajfőzelék (1),(2) /Laktózmentes/ Banán | | | | | Rakott halas hercegnő burgonya /Laktózmentes/ (1),(2),(8) Alma | | | | | Grill csirkemell Royalfőzelék (1),(2) /Laktózmentes/ Körte | | | | | Pulykaraguleves /Laktózmentes/ (1),(2),(5) Gyümölcsös laktózmentes tejberizs (2) | | | | | Sült sertéskaraj Paradicsomos káposztafőzelék (1) Banán | | | | |
| Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 352,60 | 15,86 | 0,00 | 16,69 | 29,29 | 325,80 | 16,83 | 4,75 | 12,51 | 29,77 | 244,50 | 7,42 | 0,15 | 19,51 | 21,39 | 522,00 | 18,28 | 0,00 | 23,68 | 66,96 | 366,10 | 15,05 | 0,00 | 15,68 | 36,94 |
| Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg) | (1), (2) | 0,00 | 2,01 | 113,18 | | (1), (2), (8) | 0,00 | 1,12 | 83,09 | | (1), (2) | 0,00 | 1,17 | 100,87 | | (1), (2), (5) | 5,00 | 1,45 | 370,92 | | (1) | 5,00 | 1,48 | 107,69 | |
| UZSONNA | Laktózmentes tej (2) Trappista laktózm. sajtzelet (2) Vénusz margarin Német zsemle (1) Koktélpáradicsom | | | | | Laktózmentes tej (2) Áfonyalekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) | | | | | Laktózmentes tej (2) Borjúpárizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Német zsemle (1) Kaliforniai paprika | | | | | Laktózmentes tej (2) Laktózmentes sajtkrém (2) Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom | | | | | Laktózmentes tej (2) Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kígyóborka | | | | |
| Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g) | 310,20 | 14,53 | 1,09 | 13,69 | 30,34 | 276,20 | 9,24 | 1,09 | 10,38 | 36,72 | 291,40 | 13,53 | 22,81 | 11,17 | 30,42 | 307,20 | 14,40 | 1,09 | 15,14 | 27,50 | 253,00 | 9,60 | 1,09 | 13,32 | 27,51 |
| Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg) | (1), (2) | 0,00 | 0,28 | 384,00 | | (1), (2) | 0,00 | 0,28 | 240,00 | | (1), (2), (4) | 0,00 | 0,72 | 242,80 | | (1), (2) | 0,00 | 0,28 | 385,80 | | (1), (2) | 0,00 | 0,61 | 242,70 | |

Egyesített 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) szezám, (11) rák, (12) kén-dioxid, szulfid, (13) csillagfűrt, (14) puhatestűek.