

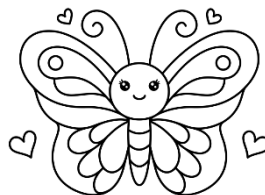
2026. Április 13. – Április 17.

TEJFEHÉRJE- 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	Gyümölcstea Csipkelekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rooibos tea Tonhalkrém (6),(8) /Rio Mare/ Búzakenyér (1) Vajretek					Rooibos tea Padlizsánkrém (6) /Tojásmentes/ Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Gyümölcstea Vöröslencsekrém (6) Német zsemle (1) Koktélpáradicsom					Gyümölcstea Sonkakrém /Kométa/ Búzakenyér (1) Póréahagyma				
Energia cKal./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	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	0,21	5,15		(1), (6)	5,00	0,02	15,87		(1), (6)	5,00	0,52	10,47		(1)	5,00	0,02	7,74	
TÍZÓRAI	Házi banános rizstejturnmix					Szőlőlé /Sió/					Házi málnás smoothie rizstejjel					Almalé /HohesC 100%/					Házi almás rizstejturnmix				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	123,70	1,05	0,00	0,18	27,68	61,50	0,75	0,00	0,00	14,85	146,60	1,73	0,00	0,87	30,68	89,00	0,10	0,00	0,10	21,30	77,00	1,05	0,00	0,36	16,45
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	7,00	0,00	153,55		-	0,00	0,00	0,00		-	1,00	0,00	213,55		-	0,00	0,00	0,00		-	0,00	0,00	122,48	
EBÉD	Vagdalt szelet (1) /Tojásmentes/ Tökfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Mandarin					Csirkepaprikás (1) /Alpro Rizsital/ Copfocska durum tészta (1) Alma					Húsgombóc (1) /Tojásmentes/ Karlábéféőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Banán					Pulyka apróhús Salátaféőzelék (1) /Burgonyával sűrtíve/ Körte					Reszelt növényi sajt /Violife/ Finomféőzelék (1) /Saját anyaggal sűrtíve/ Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	318,30	9,63	0,03	13,50	42,61	296,80	7,22	0,00	7,06	49,37	382,90	5,51	0,00	19,41	60,56	306,10	11,40	0,00	19,23	43,34	316,70	5,50	0,00	6,38	58,33
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	1,08	124,87		(1)	0,00	1,97	32,40		(1)	0,00	1,47	321,54		(1)	0,00	1,47	172,09		(1)	0,00	0,98	231,34	
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Sült karaj sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiörlésű bagett (1) Fűrtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika					Rizsital /Alpro/ Nosztalgia párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Teljes kiörlésű bagett (1) Hónapos retek					Rizsital /Alpro/ Sonka szelet /Kométa/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Rizsital /Alpro/ Borjómájás /Nádudvar/ (4) Teljes kiörlésű bagett (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	298,80	8,98	0,95	6,30	46,92	305,20	9,50	1,09	4,96	49,40	296,70	9,46	0,95	5,35	47,31	288,20	8,49	1,09	7,60	44,82	258,00	5,46	0,00	4,83	47,19
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	0,38	241,80		(1)	0,00	0,02	242,80		(1), (4)	0,00	0,02	245,94		(1)	0,00	0,38	241,40		(1), (4)	0,00	0,18	242,70	

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

2026. Április 20. – Április 24.

TEJFEHÉRJE- 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	Rizsital /Alpro/ Baracklekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)	<p><i>Április 21.</i> <i>Bölcsődék Napja</i></p>	Gyümölcsstea Sonkakrém /Kométa/ Búzakenyér (1) Kígyóborka	Rooibos tea Házi pulykahúskrém (6) Búzakenyér (1) Vajretek	Citromos tea Sült karajkrém /Kométa/ Búzakenyér (1) Zöldpaprika																
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	249,40		5,66	1,09	4,68	44,52	174,20	3,88	1,09	8,78	24,20	193,80	5,54	1,09	8,93	24,71	174,40	3,89	1,09	8,75	24,24
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		0,00	0,02	240,00	(1)	5,00	0,02	6,48	(1), (6)	5,00	0,14	9,07	(1)	5,00	0,02	5,18				
TÍZÓRAI	Házi trópusi rizstejturmix (12)		Házi szamócás smoothie rizstejjel	Multivitamin /Happy Day 100%/	Házi barackos rizstejturmix (12)																
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	130,60		1,58	0,00	0,27	28,95	153,40	1,36	0,00	0,63	33,71	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	129,70	1,59	0,00	0,50	29,23
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-		1,00	0,00	180,00	-	6,00	0,00	183,55	-	0,00	0,00	0,00	-	2,00	0,01	180,00				
EBÉD	Halrudacska sütőben sütve /100%-os színfiléből/ (1),(8) Karfiolfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Alma		Csirkepecsenye Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Körte	Frankfurti leves (1),(5) /Alpro Rizsital/ Rizstejbedara kakaó szórattal /Holland/ Banán	Sertés apróhús Zöldborsófőzelék (1) /Saját anyaggal süítve/ Alma																
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	304,10		12,29	0,54	12,91	33,12	371,70	9,01	0,00	18,46	50,71	395,50	11,45	3,28	9,46	60,91	311,90	10,91	0,00	20,45	27,01
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (8)		0,00	1,21	98,75	(1)	5,00	1,50	34,70	(1)	5,00	1,78	233,68	(1)	0,00	0,98	130,88				
UZSONNA	Gyümölcsstea Házi tökmagvas csirkemájkrém (6) Német zsemle (1) Fürtös paradicsom		Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Hónapos retek	Rizsital /Alpro/ Csirkemellsonka /Efef/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika	Rizsital /Alpro/ Növényi sajtkrém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpapadicsom																
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	183,60	4,33	1,09	5,98	27,26	309,90	9,96	0,95	3,70	51,04	271,20	6,12	1,09	7,81	45,74	311,80	9,98	0,95	3,68	51,44	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (6)	5,00	1,02	32,93	(1)	0,00	0,02	245,94	(1)	0,00	0,35	242,80	(1)	0,00	0,02	240,00					

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, (13) szulfid, (14) puhatestűek.

2026. Április 27. – Május 01.

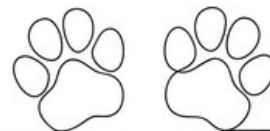
TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

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	Házi banános rizstejtermix	Kajsziabaracklé /Sió/	Házi málnás smoothie rizstejjel	Ananászlé /Happy Day 100%/	
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	130,60 1,58 0,00 0,27 28,33	52,50 0,00 0,00 0,00 12,00	146,60 1,73 0,00 0,87 30,68	75,00 0,08 0,00 0,30 17,25	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	- 1,00 0,00 213,55	- 0,00 0,00 0,00	- 1,00 0,00 213,55	- 0,00 0,00 0,00	
EBÉD	Növény sajt /Violife/ Brokkolifőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Alma	Pulyka aprópecsenye Céklafőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Banán	Csirkemájfelfűjt (1) /Tojásmentes/ Harmónia főzelék (1) /Alpro Rizsital/ Körte	Tarhonyás hús (1) /Tojásmentes/ Csemege uborka (6) Narancs	
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	190,40 5,21 0,15 5,54 27,50	301,70 10,40 0,00 13,04 36,10	227,40 2,62 0,03 10,79 31,60	399,90 11,81 0,00 19,96 50,66	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1) 0,00 1,03 90,26	(1) 0,00 0,98 160,74	(1) 0,00 0,98 75,97	(1), (6) 0,00 1,47 51,55	
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Kemencés sonka /Kométa/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Fürtös paradicsom	Rizsital /Alpro/ Chocapic gabonapehely (1)	Rizsital /Alpro/ Reszelt növényi sajtkrém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpáradicsom	Rizsital /Alpro/ Sertéspárizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Német zsemle (1) Kaliforniai paprika	
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	293,80 8,63 1,09 5,87 46,72	176,20 2,69 0,03 1,50 36,18	311,80 9,98 0,95 3,68 51,44	299,80 9,23 2,49 5,73 48,00	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1) 0,00 0,38 241,80	(1) 0,00 0,00 240,00	(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) szeszámag, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfürt, (14) puhatestűek.

2026. Május 04. – Május 08.

TEJFEHÉRJE- 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	Gyümölcsstea Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rooibos tea Növényi sajtkrém /Violife/ Búzakenyér (1) Póréhagyma					Citromos tea Kemencés sonkakrém /Kométa/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Gyümölcsstea Házi tökmagvas csirkehúskrém (6) Búzakenyér (1) Tricolor paprika					Rooibos tea Növényi sajtkrém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Hónapos retek				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	167,70	3,56	1,09	4,43	27,59	206,00	7,40	1,09	4,72	28,17	182,20	4,36	0,95	7,58	26,52	213,70	7,78	2,04	8,48	25,33	211,70	7,86	0,95	3,44	30,06
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	8,50	0,02	3,78		(1)	5,00	0,02	7,74		(1)	5,00	0,02	6,48		(1), (6)	5,00	0,05	7,32		(1)	5,00	0,02	9,72	
TÍZÓRAI	Házi banános rizstejturmix					Alma-Mangólé /Happy Day 100%-os/					Házi ananászos rizstejturmix (12)					Őszibarackos narancslé /Sió/					Házi szamócás smoothie rizstejjel				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	123,70	1,05	0,00	0,18	27,68	70,50	0,75	0,00	0,75	16,50	113,50	1,05	0,00	0,18	26,30	51,00	0,00	0,00	0,00	12,00	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		-	5,00	0,00	120,00		-	0,00	0,00	0,00		-	6,00	0,00	183,55	
EBÉD	Párolt pulykamell Parajfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Banán					Rakott halas hercegnő burgonya rizstejjel (1),(8) Alma					Grill csirkemell Royalfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Körte					Pulykaraguleves rizstejjel (1),(5) Gyümölcsös rizstejberizs					Sült sertéskaraj Paradicsomos káposztafőzelék (1) Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	390,90	16,02	0,00	15,90	39,48	329,30	15,96	4,75	11,10	34,12	248,00	6,54	0,15	18,10	25,74	445,70	10,21	0,00	14,96	75,81	366,10	15,05	0,00	15,68	36,94
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	1,97	197,64		(1), (8)	0,00	1,06	83,09		(1)	0,00	1,10	100,87		(1), (5)	5,00	0,39	253,97		(1)	5,00	1,48	107,69	
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Koktélpáradicsom					Rizsital /Alpro/ Áfonyalekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rizsital /Alpro/ Borjúpárizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Német zsemle (1) Kaliforniai paprika					Rizsital /Alpro/ Reszelt növényi sajtkrém /Violife/ Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kígyóborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	306,80	9,63	1,09	3,25	51,24	290,20	5,74	1,09	4,74	54,12	305,40	10,03	2,81	5,53	47,82	303,80	9,50	1,09	4,70	48,40	267,00	6,09	1,09	7,68	44,91
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	0,02	240,00		(1)	0,00	0,02	240,00		(1), (4)	0,00	0,46	242,80		(1)	0,00	0,02	241,80		(1)	0,00	0,35	242,70	

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