

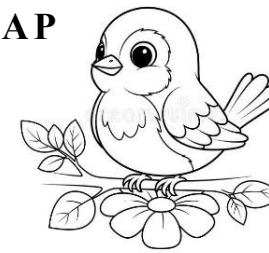
2026. Május 11. – Május 15.

LAKTÓZ- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egysített Bölcsődevezető



20. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Laktózmentes tej (2) Baracklekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Gyümölcsstea Pannónia sajtkrém (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Rooibos tea Tonhalkrém (6),(8) /Rio Mare/ Búzakenyér (1) Vajretek					Citromos tea Vöröslencsekrém (6) Német zsemle (1) Koktélpáradicsom					Gyümölcsstea Házi tökmagvas csirkemájkrém (6) Búzakenyér (1) Zöldpaprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	266,00	9,18	1,09	10,41	34,32	264,60	12,68	5,70	8,91	27,04	220,10	9,41	1,09	7,43	24,25	157,40	0,86	0,14	3,96	30,08	178,00	4,19	1,09	7,71	25,36
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		0,00	0,28	240,00	(1), (2)		5,00	0,19	6,58	(1), (6), (8)		5,00	0,21	5,15	(1), (6)		5,00	0,52	10,47	(1), (6)		5,00	1,02	32,53
TÍZÓRAI	Házi barackos laktózmentes tejturmix (2)					Körtelé /Sió/					Házi málnás laktózmentes smoothie (2)					Almalé /HohesC 100%/					Laktózmentes ivójoghurt /Jogobella/ (2)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	130,20	4,21	0,00	4,68	18,72	58,50	0,00	0,00	0,00	13,50	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)	6,00	0,20	180,00	-	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	Reszelt sajt /Laktózmentes/ (2) Zöldborsófőzelék (1),(2) /Saját anyaggal sűrítve/ Banán					Sertés apróhús Orsó tészta /Gyermelyi, durum/ (1) Céklasaláta /Bonduelle/ Alma					Pulykafasírt (1) /Tojásmentes/ Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Banán					Párolt csirkemell Tökfőzelék (1),(2) /Laktózmentes/ Körte					Húsgombóc (1) /Tojásmentes/ Karábéfőzelék (1),(2) /Laktózmentes/ Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	289,40	9,55	0,00	15,74	29,61	342,20	11,29	0,02	18,10	39,60	484,00	14,53	0,00	14,45	67,12	240,80	3,71	0,00	19,31	30,68	348,20	6,04	0,00	20,58	50,33
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		0,00	0,83	350,74	(1)	0,00	1,64	20,53	(1)	5,00	1,24	88,14	(1), (2)		0,00	2,01	91,33	(1), (2)		0,00	1,51	265,60		
UZSONNA	Laktózmentes tej (2) Nosztalgia párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Német zsemle (1) Fürtös paradicsom					Laktózmentes tej (2) Sonka szelet /Efef/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Laktózmentes tej (2) Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Laktózmentes tej (2) Sült karaj sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Póréhagyma					Laktózmentes tej (2) Laktózmentes kockasajt /Medve/ (2) Búzakenyér (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	279,60	12,63	1,09	10,36	29,39	253,00	9,60	1,09	13,32	27,51	251,90	9,16	1,09	10,32	31,17	242,40	9,86	1,06	10,35	26,47	273,80	12,18	4,14	12,87	27,48
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1),(2),(4)		0,00	0,28	241,80	(1), (2)		0,00	0,61	242,70	(1), (2)		3,50	0,28	240,00	(1), (2)		0,00	0,37	243,96	(1), (2)		0,00	0,66	312,70

Egysített bölcsődevezető

Dietetikus

Az étrend az ételsoroként 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) csillagfürt, (14) puhatestűek.

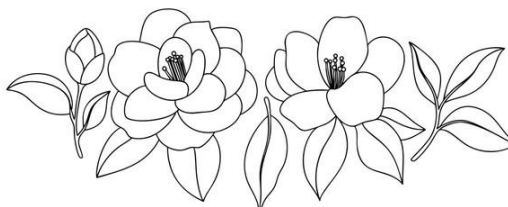
2026. Május 18. – Május 22.

LAKTÓZ- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



21. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Gyümölcs tea Áfonyalekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Citromos tea Laktózmentes kockasajt /Medve/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Gyümölcs tea Padlizsánkrém (6) /Tojásmentes/ Búzakenyér (1) Jégcsapretek					Rooibos tea Pannónia sajtkrém (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Laktózmentes tej (2) Chocapic gabonapehely (1)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	192,00	3,64	1,09	4,49	33,14	200,40	7,08	4,00	5,65	26,04	171,20	4,15	1,09	5,12	26,39	260,40	12,66	5,70	8,78	26,22	196,00	7,66	0,22	7,22	23,88
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		5,00	0,02	3,78	(1), (2)		5,00	0,40	75,58	(1)		5,00	0,02	16,83	(1), (2)		5,00	0,19	6,48	(1), (2)		4,98	0,26	240,00
TÍZÓRAI	Házi trópusi laktózmentes tejturmix (2)					Multivitamin /Happy Day 100%/					Házi szamócsás laktózmentes smoothie (2)					Narancsos őszilé /Sió/					Házi banános laktózmentes tejturmix (2)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	120,10	4,20	0,00	4,50	15,90	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	144,60	3,55	0,00	4,15	22,83	51,00	0,00	0,00	0,00	12,00	120,10	4,20	0,00	4,50	15,28
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)		1,00	0,20	180,00	-	0,00	0,00	0,00		(2)		6,00	0,16	183,55	-	0,00	0,00	0,00		(2)		1,00	0,20	213,55
EBÉD	Halrudacska sütőben sütvé /100%-os színfiléből/ (1),(8) Burgonyapüré (2) /Laktózmentes/ Alma					Csirke apróhús Karfiolfőzelék (1),(2) /Laktózmentes/ Banán					Temesvári laktózmentes sertéstokány (1),(2) Párolt basmati rizs Körte					Tavaszi laktózmentes pulykaraguleves (1),(2),(5) Tejbedara kakaós szórattal /Holland/ (1),(2)					Párolt pulykamell Salátafőzelék (1),(2) /Burgonyával sűrítve/ Banán				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	337,30	14,41	0,95	11,05	38,97	292,10	9,59	2,80	19,06	29,01	424,50	18,21	4,20	17,09	49,02	401,20	15,41	0,00	19,53	43,01	293,00	11,18	0,00	16,01	34,71
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (8)		0,00	0,25	47,81	(1), (2)		0,00	1,02	164,41	(1), (2)		0,00	1,97	89,06	(1), (2), (5)		5,00	1,28	315,67	(1), (2)		0,00	1,97	122,10
UZSONNA	Laktózmentes tej (2) Borjúmájás /Nádudvar/ (4) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Laktózmentes tej (2) Baromfi párizsi /Finomino/(4) Vénusz margarin Német zsemle (1) Kaliforniai paprika					Laktózmentes tej (2) Laktózmentes sajtkrém /Mizo/(2) Búzakenyér (1) Póréhagyma					Laktózmentes tej (2) Csirkemellsonka /Efef/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Koktélparadicsom					Gyümölcs tea Pannónia sajt szelet (2) Vénusz margarin Német zsemle (1) Zöldpaprika				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	244,00	8,96	0,00	10,47	29,79	285,00	12,73	2,29	11,17	30,64	307,60	14,40	1,09	15,41	28,25	255,80	9,62	1,09	13,37	28,06	228,60	9,32	4,89	8,32	26,06
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (4)		0,00	0,44	242,70	(1), (2), (4)		0,00	0,68	242,80	(1), (2)		0,00	0,28	387,96	(1), (2)		0,00	0,61	240,00	(1), (2)		5,00	0,17	5,18

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) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfűrt, (14) puhatestűek.

2026. Május 26. – Május 29.

LAKTÓZ- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP



Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

22. hét

ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK																
REGGELI	<p><i>Május 25.</i> <i>Pünkösdi Hétfő</i></p>	Gyümölcs tea Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)	Rooibos tea Trappista sajtkrém (2) /Laktózmentes/ Búzakenyér (1) Koktélparadicsom	Gyümölcs tea Lazackrém (6),(8) /Rio Mare/ Búzakenyér (1) Vajretek	Citromos tea Sült paprikakrém Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka																
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		167,70	3,56	1,09	4,43	27,59	223,00	8,80	1,09	9,43	24,64	187,30	6,18	1,42	6,22	24,55	144,80	1,10	0,00	3,83	28,18
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(1)		8,50	0,02	3,78	(1), (2)		5,00	0,02	147,78	(1),(6),(8)		5,00	0,04	3,78	(1)		5,00	0,20	12,13
TÍZÓRAI			Szőlőlé /Sió/				Laktózmentes ivójoghurt /Jogobella/ (2)				Ananászlé /Happy Day 100%/				Házi málnás laktózmentes smoothie (2)						
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		61,50	0,75	0,00	0,00	14,85	176,00	5,40	3,60	7,20	22,80	75,00	0,08	0,00	0,30	17,25	142,60	3,65	0,00	4,35	21,48
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		-	0,00	0,00	0,00		(2)	0,00	0,00	240,00		-	0,00	0,00	0,00		(2)	6,00	0,16	183,55	
EBÉD			Csirkemájfelfújt (1) /Tojásmentes/ Harmónia főzelék (1),(2) /Laktózmentes/ Körte	Zöldséges rizses hús Csemege uborka (6) Banán	Csirke apróhús Brokkolifőzelék (1),(2) /Burgonyával sürtve/ Alma	Bolognai ragu (2) /Laktózmentes/ Rövidcső tészta (1) /Gyermelyi, durum/ Banán															
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		225,30	3,15	0,03	11,64	28,99	335,10	9,96	0,03	14,16	43,64	268,20	10,36	2,95	19,35	20,71	404,50	14,09	0,12	19,84	46,71
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(1), (2)		0,00	1,02	75,97	(6)		0,00	0,12	115,73	(1), (2)		0,00	1,52	39,49	(1), (2)		0,00	0,50	225,38
UZSONNA			Laktózmentes tej (2) Laktózmentes kockasajt /Medve/ (2) Német zsemle (1) Kaliforniai paprika	Laktózmentes tej (2) Sertéspárizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka	Laktózmentes tej (2) Pannónia sajt szelet (2) Vénusz margarin Német zsemle (1) Fürtös paradicsom	Laktózmentes tej (2) Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Zöldpaprika															
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	281,00	12,33	4,14	11,37	30,42	286,60	13,06	2,35	11,67	29,97	315,40	14,93	4,89	14,11	29,42	253,20	9,61	1,09	13,29	27,56	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		0,00	0,66	312,80	(1), (2), (4)		0,00	0,28	242,70	(1), (2)		0,00	0,43	241,80	(1), (2)		0,00	0,61	241,40	

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.

2026. Június 01. – Június 05.

LAKTÓZ- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP



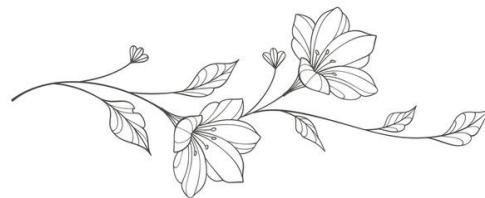
23. hét



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 Laktózmentes kockasajt /Medve/ (2) Német zsemle (1) Kaliforniai paprika					Gyümölcs tea Házi tökmagvas csirkehúskrém (6) Búzakenyér (1) Tricolor paprika					Laktózmentes tej (2) Cini-Minis gabonapehely (1)					Rooibos tea Sonkakrém /Kométa/ Búzakenyér (1) Póréhagyma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	174,90	3,56	1,09	4,48	29,34	196,80	6,73	4,14	5,48	26,84	213,70	7,78	2,04	8,48	25,33	238,00	8,69	0,33	7,83	31,22	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), (2)	5,00	0,40	76,58		(1), (6)	5,00	0,05	7,32		(1), (2)	7,47	0,26	240,00		(1)	5,00	0,02	7,74	
TÍZÓRAI	Házi banános laktózmentes tejturmix (2)					Almás mangólé /Happy Day 100%/					Házi szamócás laktózmentes smoothie (2)					Kajsziaracklé /Sió/					Házi barackos laktózmentes tejturmix (2)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	120,10	4,20	0,00	4,50	15,28	84,00	0,75	0,00	0,75	19,50	144,60	3,55	0,00	4,15	22,83	52,50	0,00	0,00	0,00	12,00	130,20	4,21	0,00	4,68	18,72
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)	1,00	0,20	213,55		-	0,00	0,00	0,00		(2)	6,00	0,16	183,55		-	0,00	0,00	0,00		(2)	6,00	0,20	180,00	
EBÉD	Reszelt sajt (2) /Laktózmentes/ Mexikói főzelék (1),(2) /Saját anyaggal sűrítve/ Alma					Gulyásleves (5) Tejberizs áfonyamártással /Laktózmentes/ (1),(2)					Halpogácsa (1),(8) /Tojásmentes/ Parajos burgonyapüré (2) /Laktózmentes/ Banán					Párolt csirkemell filé Royalfőzelék (1),(2) /Burgonyával sűrítve/ Alma					Sertés apróhús Kelkáposztafőzelék (1) Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	229,10	7,29	0,00	8,61	28,59	562,50	17,64	1,40	24,76	76,85	335,70	10,31	0,98	17,35	40,27	208,10	4,49	0,15	19,79	19,08	351,60	14,99	0,00	17,29	33,27
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,56	233,61		(1), (2), (5)	11,00	1,01	321,64		(1), (2), (8)	0,00	2,05	136,05		(1), (2)	0,00	1,66	98,19		(1)	0,00	0,98	118,94	
UZSONNA	Laktózmentes tej (2) Kemencés sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Laktózmentes tej (2) Csicseriborsókrém (6) Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Laktózmentes tej (2) Borjúpárizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Citromos tea Csirkemellsonka krém /Efef/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					Laktózmentes tej (2) Pannónia sajt szelet (2) Vénusz margarin Német zsemle (1) Koktélpáradicsom				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	257,20	10,38	0,95	9,84	29,52	242,30	6,48	0,14	11,38	31,97	296,40	13,88	2,67	11,60	30,62	176,70	4,48	0,95	6,23	26,25	315,40	14,93	4,89	14,29	30,14
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,37	241,80		(1), (2), (6)	0,00	0,78	245,28		(1), (2), (4)	0,00	0,72	242,80		(1)	5,00	0,35	6,48		(1), (2)	0,00	0,43	240,00	

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

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