

2026. Május 11. – Május 15.

LAKTÓZMENTES 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) Koktélparadicsom					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	Sajtropogós /Laktózmentes/ (1),(2),(3) Zöldborsófőzelék (1),(2) /Saját anyaggal sűrítve/ Banán					Sertés apróhús Orsó tészta (1),(3) Céklasaláta /Bonduelle/ Alma					Pulykafasírt (1),(3) Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Banán					Párolt csirkemell Tökfőzelék (1),(2) /Laktózmentes/ Körte					Húsgombóc (1),(3) Karálabéfőzelék (1),(2) /Laktózmentes/ Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	373,80	10,63	0,03	18,66	45,33	311,90	11,22	0,02	17,80	32,27	471,20	14,80	0,03	14,23	63,44	240,80	3,71	0,00	19,31	30,68	351,90	6,41	0,00	21,00	50,47
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)		0,00	0,63	391,28	(1), (3)		0,00	1,63	27,73	(1), (3)		5,00	1,08	86,09	(1), (2)		0,00	2,01	91,33	(1), (2), (3)		0,00	1,51	266,00
UZSONNA	Laktózmentes tej (2) Nosztalgia párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Német zsemle (1) Fürtös paradicsom					Laktózmentes tej (2) Főtt tojás karika (3) 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	270,20	11,58	1,09	13,69	27,50	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), (3)		0,00	0,28	250,70	(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.

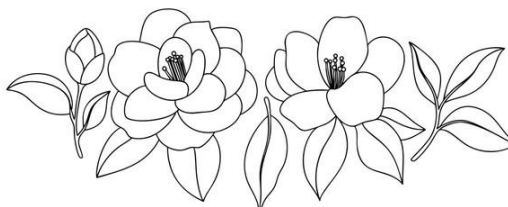
2026. Május 18. – Május 22.

LAKTÓZMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egysített 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 Padlizsánkrem (3),(6) Búzakenyér (1) Jégcsapretek					Rooibos tea Pannónia sajtkrém (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Laktózmentes tej (2) Chocapic gabonapehely (1)				
Energia cKal./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	204,10	7,76	2,05	5,15	26,51	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), (3), (6)		5,00	0,07	11,93	(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 szamócás laktózmentes smoothie (2)					Narancsos őszilé /Sió/					Házi banános laktózmentes tejturmix (2)				
Energia cKal./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)					Tojásfasírt (1),(2),(3) Salátafőzelék (1),(2) /Burgonyával sűrítve/ Banán				
Energia cKal./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	300,00	10,13	0,03	13,98	43,68
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), (3)		0,00	1,49	153,64
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 cKal./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

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) csillagfürt, (14) puhatestűek.

2026. Május 26. – Május 29.

LAKTÓZMENTES ÉTLAP



Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egysített 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 Tepsis bundás kenyér /Laktózmentes/ (1),(2),(3) Koktélpáradicsom	Gyümölcs tea Lazackrém (6),(8) /Rio Mare/ Búzakenyér (1) Vajretek	Citromos tea Sült paprikakrém Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		167,70 3,56 1,09 4,43 27,59	282,70 13,18 2,94 13,39 26,10	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), (3) 5,00 0,49 156,15	(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		Csirkemájfelfűjt (1),(3) Harmónia főzelék (1),(2) /Laktózmentes/ Körte	Zöldséges rizses hús Csemege uborka (6) Banán	Csírke apróhús Brokkolifőzelék (1),(2) /Burgonyával sűrítve/ Alma	Bolognai ragu (2) /Laktózmentes/ Rövidcső tészta (1),(3) Banán
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		231,90 3,63 0,03 12,28 29,01	335,10 9,96 0,03 14,16 43,64	268,20 10,36 2,95 19,35 20,71	458,10 15,15 36,45 21,54 18,91
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(1), (2), (3) 0,00 1,02 77,57	(6) 0,00 0,12 115,73	(1), (2) 0,00 1,52 39,49	(1), (2), (3) 0,00 0,50 237,38
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) Kígyóborka	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	

Egysített bölcsődevezető

Dietetikus

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

2026. Június 01. – Június 05.

LAKTÓZMENTES 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 Snidlinges tojáskrém (3),(6) Búzakenyér (1) Póréhagyma				
Energia cKcal./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	176,00	5,04	1,09	6,65	24,44
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), (3)	5,00	0,11	12,54	
TÍZÓRAI	Házi banános laktózmentes tejturmix (2)					Almás mangólé /Happy Day 100%/					Házi szamócás laktózmentes smoothie (2)					Kajsziaracklé /Sió/					Házi barackos laktózmentes tejturmix (2)				
Energia cKcal./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 fűzelék (1),(2) /Saját anyaggal sűrítve/ Alma					Gulyásleves (5) Rizskoch áfonyamártással /Laktózmentes/ (1),(2),(3)					Halpogácsa (1),(3),(8) Parajos burgonyapüré (2) /Laktózmentes/ Banán					Párolt csirkemell filé Royalfűzelék (1),(2) /Burgonyával sűrítve/ Alma					Sertés apróhús Kelkáposztafűzelék (1) Banán				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	229,10	7,29	0,00	8,61	28,59	483,20	14,84	1,88	19,91	64,20	333,40	10,74	0,98	16,05	40,18	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),(3),(5)	17,00	0,72	149,50		(1),(2),(3),(8)	0,00	2,05	136,55		(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) Kígyóúborborka					Laktózmentes tej (2) Pannónia sajt szelet (2) Vénusz margarin Német zsemle (1) Koktélpáradicsom				
Energia cKcal./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 ételsorokként 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.