

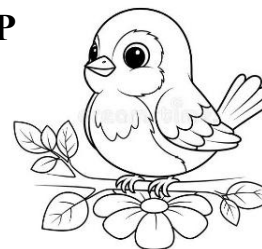
2026. Május 11. – Május 15.

PARADICSOMMENTES 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	Tej (2) Teavaj /Ammerland/ (2) Vajas kalács (1),(2),(3)					Gyümölcsstea Kapos túrókrém (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Rooibos tea Tonhalkrém (6),(8) /Rio Mare/ Búzakenyér (1) Vajretek					Citromos tea Vöröslencsekrém (6) Német zsemle (1) Kígyóuborka					Gyümölcsstea Házi tökmagvas csirkemájkrém (6) Kiskifli (1),(2) Zöldpaprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	297,80	16,40	2,78	8,30	28,26	170,60	3,13	0,70	6,06	27,58	220,10	9,41	1,09	7,43	24,25	154,60	0,83	0,14	3,91	29,53	159,40	4,17	1,06	5,66	23,02
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	0,00	0,00	182,50		(1), (2)	5,00	0,10	25,08		(1), (6), (8)	5,00	0,21	5,15		(1), (6)	5,00	0,52	13,17		(1), (2), (6)	5,00	1,02	32,53	
TÍZÓRAI	Házi barackos tejturmix (2)					Körtelé /Sió/					Házi málnás smoothie (2)					Almalé /HohesC 100%/					Actimel (2)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	115,10	4,22	0,00	4,73	15,33	58,50	0,00	0,00	0,00	13,50	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	0,01	180,00		-	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	Sajtropogós (1),(2),(3) Zöldborsófőzelék (1),(2) Banán					Sertés apróhús Orsó tészta (1),(3) Céklasaláta /Bonduelle/ Alma					Pulykafasírt (1),(3) Burgonyafőzelék (1),(2) Banán					Párolt csirkemell Tökfőzelék (1),(2) Körte					Húsgombóc (1),(3) Karalábefőzelék (1),(2) Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	401,20	13,63	0,03	18,99	45,26	311,90	11,22	0,02	17,80	32,27	412,80	14,62	2,83	15,37	51,90	276,60	7,43	2,80	19,51	31,00	370,50	8,55	1,89	20,95	50,35
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	0,00	0,90	330,78		(1), (3)	0,00	1,63	27,73		(1),(2),(3)	0,00	0,61	145,36		(1), (2)	0,00	1,49	105,33		(1), (2), (3)	0,00	1,49	253,05	
UZSONNA	Tej (2) Nosztalgia párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Német zsemle (1) Zöldpaprika					Tej (2) Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Tej (2) Molnárka (1),(2),(3)					Tej (2) Sült karaj sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Póréhagyma					Tej (2) Natúr vajkrém /Tolle/(2) Búzakenyér (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	250,00	11,21	1,09	9,08	27,40	242,20	10,18	1,09	12,19	25,34	234,00	7,20	0,00	9,50	29,05	214,40	8,46	1,06	8,85	24,32	234,60	9,78	0,14	9,51	26,19
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1),(2),(4)	0,00	0,02	180,00		(1), (2), (3)	0,00	0,02	190,70		(1), (2), (3)	0,00	0,00	180,00		(1), (2)	0,00	0,11	183,96		(1), (2)	0,00	0,00	182,70	

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

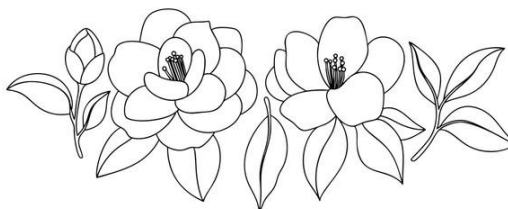
2026. Május 18. – Május 22.

PARADICSOMMENTES 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 / <i>Kecskeméti</i> / Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Citromos tea Kockasajt / <i>Medve</i> / (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Gyümölcs tea Padlizsánkrém (3),(6) Búzakenyér (1) Jégcsapretek					Rooibos tea Körözött (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Tej (2) Chocapic gabonapehely (1)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	192,00	3,64	1,09	4,49	33,14	183,20	5,05	2,60	5,78	27,04	204,10	7,76	2,05	5,15	26,5 1	192,70	5,16	1,40	7,02	27,47	134,20	4,79	0,03	5,64	16,63
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		5,00	0,02	3,78	(1), (2)		5,00	0,40	90,48	(1), (3), (6)		5,00	0,07	11,93	(1), (2)		5,00	0,11	52,85	(1), (2)		0,00	0,00	180,00
TÍZÓRAI	Házi trópusi tejturmix (2)					Multivitamin /Happy Day 100%/					Házi szamócás smoothie (2)					Narancsos őszilé / <i>Sió</i> /					Házi banános tejturmix (2)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	104,10	4,20	0,00	4,50	12,05	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	144,60	3,55	0,00	4,15	22,96	51,00	0,00	0,00	0,00	12,00	120,10	4,20	0,00	4,50	15,43
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)		1,00	0,00	180,00	-	0,00	0,00	0,00		(2)		6,00	0,00	183,55	-	0,00	0,00	0,00		(2)		1,00	0,00	213,55
EBÉD	Halrudacska sütőben sütve /100%-os színfiléből/ (1),(8) Burgonyapüré (2) Alma					Csirke apróhús Karfiolfőzelék (1),(2) Banán					Temesvári sertéstokány (1),(2) Párolt basmati rizs Körte					Tavaszi pulykaraguleves (1),(2),(5) Boci szelet (1),(2),(3)					Tojásfasírt (1),(2),(3) Salátafőzelék (1),(2) Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	337,10	14,41	0,00	11,07	39,03	279,40	9,25	2,80	18,38	27,30	395,40	15,21	2,10	16,63	48,63	534,80	26,30	4,20	21,13	49,08	305,70	10,85	0,73	13,87	43,74
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (8)		0,00	0,99	47,81	(1), (2)		0,00	1,00	176,62	(1), (2)		0,00	1,98	108,56	(1),(2),(3),(5)		24,70	1,01	119,54	(1),(2),(3)		0,00	1,50	177,64
UZSONNA	Tej (2) Borjómájás / <i>Pick</i> / (2),(4) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Tej (2) Baromfi párizsi / <i>Finomino</i> /(4) Vénusz margarin Német zsemle (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Zöldfűszeres vajkrém /Tolle/(2) Kiskifli (1),(2) Póréhagyma					Tej (2) Csirkemellsonka / <i>Efef</i> / Vénusz margarin Búzakenyér (1) Vajretek					Gyümölcs tea Pannónia sajt szelet (2) Vénusz margarin Német zsemle (1) Zöldpaprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	256,80	11,46	2,60	10,17	27,83	257,00	11,33	2,29	9,67	28,49	219,60	9,94	3,39	7,62	24,50	226,20	8,20	1,09	11,91	25,34	228,50	9,32	4,89	8,32	26,06
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (4)		0,00	0,36	182,70	(1), (2), (4)		0,00	0,42	182,80	(1), (2)		0,52	0,30	183,96	(1), (2)		0,00	0,35	180,00	(1), (2)		5,00	0,17	5,18

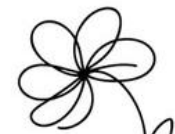
Egyesített bölcsődevezető

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

2026. Május 26. – Május 29.

PARADICSOMMENTES ÉTLAP



22. 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	<p>Május 25. Pünkösdi Hétfő</p>	Gyümölcsstea Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)	Rooibos tea Tepsis bundás kenyér (1),(2),(3) /Típegő: Tojáskrém (3),(6), Búzakenyér (1)/ Zöldpaprika	Gyümölcsstea 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	283,50	13,37	6,24	13,55	25,46	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	0,91	39,55	(1),(6),(8)	5,00	0,04	3,78	(1)	5,00	0,20	12,13				
TÍZÓRAI		Szőlőlé /Sió/	Actimel (2)	Ananászlé /Happy Day 100%/	Házi málnás smoothie (2)																
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		61,50	0,75	0,00	0,00	14,85	76,00	1,50	0,00	2,80	12,00	75,00	0,08	0,00	0,30	17,25	142,60	3,65	0,00	4,35	21,61
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		-	0,00	0,00	0,00	(2)	0,00	0,00	120,00	-	0,00	0,00	0,00	(2)	6,00	0,00	183,55				
EBÉD		Csirkemájfelfűjt (1),(3) Harmónia főzelék (1),(2) Körte	Zöldséges rizses hús Csemege uborka (6) Banán	Csirke apróhús Brokkolifőzelék (1),(2) Alma	Sertés apróhús Rövidcső tészta (1),(3) Banán																
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		231,90	3,63	0,03	12,28	29,04	335,10	9,96	0,03	14,16	43,64	224,60	5,77	0,82	18,31	21,55	353,90	11,37	25,52	17,99	16,02
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	0,00	0,98	77,57	(6)	0,00	0,12	115,73	(1), (2)	0,00	1,52	63,49	(1), (3)	0,00	1,47	84,86					
UZSONNA	Tej (2) Magyaros vajkrém /Tolle/(2) Német zsemle (1) Kaliforniai paprika	Tej (2) Sertéspárizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka	Tej (2) Gouda sajt szelet (2) Vénusz margarin Német zsemle (1) Kaliforniai paprika	Tej (2) Selyemsonka /Sága/ (2) Vénusz margarin Kiskifli (1),(2) Zöldpaprika																	
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	242,40	9,93	0,14	8,03	29,33	258,60	11,66	2,35	10,17	27,83	286,40	13,33	4,39	12,57	28,21	215,40	8,77	1,06	9,89	23,69	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,00	182,80	(1), (2), (4)	0,00	0,02	182,70	(1), (2)	0,00	0,42	182,80	(1), (2)	0,00	0,56	181,40					

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

2026. Június 01. – Június 05.

PARADICSOMMENTES 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 Fokhagymás vajkrém /Tolle/(2) Német zsemle (1) Kaliforniai paprika					Gyümölcs tea Házi tökmagvas csirkehúskrém (6) Kiskifli (1),(2) Tricolor paprika					Tej (2) Cini-Minis gabonapehely (1)					Rooibos tea Snidlinges tojáskrém (3),(6) Búzakenyér (1) Póréhagyma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	174,90	3,56	1,09	4,48	29,34	186,00	5,89	1,78	3,64	27,78	195,10	7,76	2,01	6,43	22,99	210,00	7,29	0,33	6,33	29,07	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)	5,26	0,15	6,58		(1), (2), (6)	5,00	0,05	7,32		(1), (2)	7,47	0,00	180,00		(1), (3)	5,00	0,11	12,54	
TÍZÓRAI	Házi banános tejturmix (2)					Almás mangólé /Happy Day 100%/					Házi szamócás smoothie (2)					Kajsziaracklé /Sió/					Házi barackos tejturmix (2)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	120,10	4,20	0,00	4,50	15,43	84,00	0,75	0,00	0,75	19,50	144,60	3,55	0,00	4,15	22,96	52,50	0,00	0,00	0,00	12,00	115,10	4,22	0,00	4,73	15,33
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)	1,00	0,00	213,55		-	0,00	0,00	0,00		(2)	6,00	0,00	183,55		-	0,00	0,00	0,00		(2)	1,00	0,01	180,00	
EBÉD	Reszelt sajt (2) Mexikóifőzelék (1),(2) Alma					Gulyásleves (5) Rizskoch áfonyamártással (1),(2),(3)					Halpogácsa (1),(3),(8) Parajos burgonyapüré (2) Banán					Párolt csirkemell filé Royalfőzelék (1),(2) Alma					Sertés apróhús Kelkáposztafőzelék (1) Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	287,70	11,89	1,40	11,99	29,61	483,00	14,84	1,40	19,92	64,31	306,40	7,74	0,03	16,05	40,23	208,10	4,49	0,15	19,79	19,13	351,60	14,99	0,00	17,29	33,27
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,82	269,61		(1),(2),(3),(5)	17,00	0,59	149,50		(1),(2),(3),(8)	0,00	1,97	136,55		(1), (2)	0,00	1,59	98,19		(1)	0,00	0,98	118,94	
UZSONNA	Tej (2) Kemencés sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Tej (2) Csicseriborsókrém (6) Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Tej (2) Borjúpárizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Citromos tea Tavaszi túrókrém (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Tej (2) Mozzarella sajt szelet (2) Vénusz margarin Német zsemle (1) Zöldpaprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	226,40	8,96	0,95	8,47	27,55	214,30	5,08	0,14	9,88	29,82	268,40	12,48	2,67	10,10	28,47	184,30	3,85	1,19	6,34	29,06	272,40	12,32	3,95	12,31	27,59
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,11	182,70		(1), (2), (6)	0,00	0,52	185,28		(1), (2), (4)	0,00	0,46	182,80		(1), (2)	5,00	0,11	37,11		(1), (2)	0,00	0,32	181,40	

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

Az étrend az ételsoranként 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.