

2026. Május 11. – Május 15.

SERTÉSHÚSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



20. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Tej (2) Teavaj /Ammerland/ (2) Vajas kalács (1),(2),(3)					Gyümölcsstea Kapros 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) Koktélpáradicsom					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	157,40	0,86	0,14	3,96	30,08	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	10,47		(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					Csirke apróhús Orsó tészta (1),(3) Céklasaláta /Bonduelle/ Alma					Pulykafasírt (1),(3) Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Banán					Párolt csirkemell Tökfőzelék (1),(2) Körte					Húsgombóc (1),(3) /Pulykamell filé/ Karalábefőzelék (1),(2) Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	401,20	13,63	0,03	18,99	45,26	252,00	5,01	0,02	17,76	31,70	471,20	14,80	0,03	14,23	63,44	276,60	7,43	2,80	19,51	31,00	375,80	9,04	1,89	20,82	50,23
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	0,00	0,90	330,78		(1), (3)	0,00	1,63	20,89		(1), (3)	5,00	1,08	86,09		(1), (2)	0,00	1,49	105,33		(1), (2), (3)	0,00	1,49	253,40	
UZSONNA	Tej (2) Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Fürtös paradicsom					Tej (2) Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Tej (2) Molnárika (1),(2),(3)					Tej (2) Selyemsonka /Sága/(2) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Póréhagyma					Tej (2) Natúr vajkrém /Tolle/(2) Búzakenyér (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	230,80	8,35	1,09	10,06	27,30	242,20	10,18	1,09	12,19	25,34	234,00	7,20	0,00	9,50	29,05	229,80	8,76	1,06	11,15	25,08	234,60	9,78	0,14	9,51	26,19
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1),(2)	0,00	0,35	181,80		(1), (2), (3)	0,00	0,02	190,70		(1), (2), (3)	0,00	0,00	180,00		(1), (2)	0,00	0,56	183,96		(1), (2)	0,00	0,00	182,70	

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

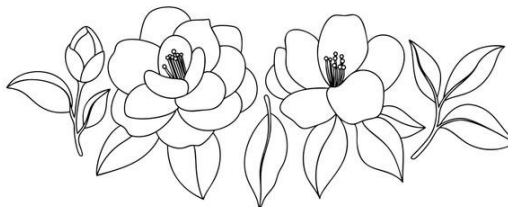
2026. Május 18. – Május 22.

SERTÉSHÚSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

Diétás étkezést 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 Kockasajt /Medve/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					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	186,00	5,08	2,60	5,65	26,86	204,10	7,76	2,05	5,15	26,51	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	89,58	(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 /Sió/					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 sütvé /100%-os színtelítéssel/ (1),(8) Burgonyapüré (2) Alma					Csirke apróhús Karfiolfőzelék (1),(2) Banán					Temesvári csirkeragu (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	369,90	11,66	2,10	18,48	48,68	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	102,61	(1),(2),(3),(5)		24,70	1,01	119,54	(1),(2),(3)		0,00	1,50	177,64
UZSONNA	Tej (2) Csirkemell sonkakrém /Efef/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Tej (2) Selyemsonka /Sága/(2) Vénusz margarin Német zsemle (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Zöldfűszeres vajkrém /Tolle/(2) Kiskifli (1),(2) Póréhagyma					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)	233,00	8,68	0,95	10,62	27,68	241,00	8,93	1,09	10,47	28,93	219,60	9,94	3,39	7,62	24,50	227,80	8,22	1,09	11,87	25,91	228,50	9,32	4,89	8,32	26,06
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		0,00	0,35	182,70	(1), (2)		0,00	0,56	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

Egysített 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.

SERTÉSHÚSMENTES ÉTLAP



22. hét



Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	<p><i>Május 25.</i> <i>Pünkösöd Hétfő</i></p>	Gyümölcsstea Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)	Rooibos tea Tepsis bundás kenyér (1),(2),(3) Koktélpáradicsom	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	286,10 13,38 6,24 13,63 25,96	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 38,15	(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		Csirkemájfelfújt (1),(3) Harmónia főzelék (1),(2) Körte	Zöldséges rizses hús /Pulykamell filé/ Csemege uborka (6) Banán	Csirke apróhús Brokkolifőzelék (1),(2) Alma	Bolognai ragu /Pulykamell filé/ (2),(5) Rövidcső tészta (1),(3) Banán
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		231,90 3,63 0,03 12,28 29,04	362,10 5,72 0,00 17,18 56,27	224,60 5,77 0,82 18,31 21,55	447,30 14,48 36,45 20,46 18,78
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(1), (2), (3) 0,00 0,98 77,57	(6) 0,00 0,98 104,18	(1), (2) 0,00 1,52 63,49	(1),(2),(3),(5) 0,00 0,65 183,33
UZSONNA		Tej (2) Magyaros vajkrém /Tolle/(2) Német zsemle (1) Kaliforniai paprika	Tej (2) Csirkemellsonka /Efef/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka	Tej (2) Gouda sajt szelet (2) Vénusz margarin Német zsemle (1) Fürtös paradicsom	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	233,00 8,68 0,95 10,62 27,68	285,00 13,33 4,39 12,31 27,21	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) 0,00 0,35 182,70	(1), (2) 0,00 0,42 181,80	(1), (2) 0,00 0,56 181,40	

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) szezám, (11) rák, (12) kén-dioxid, (13) szulfid, (14) csillagfűrt, (15) puhatestűek.

2026. Június 01. – Június 05.

SERTÉSHÚSMENTES ÉTLAP



23. hét

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

Dietetikus étkezést 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) /Csirkemell filé/ Rizskoch áfonyamártással (1),(2),(3)					Halpogácsa (1),(3),(8) Parajos burgonyapüré (2) Banán					Párolt csirkemell filé Royalfőzelék (1),(2) Alma					Pulyka apróhús Kelkáposztafőzelék (1) Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	287,70	11,89	1,40	11,99	29,61	448,00	11,28	1,40	19,51	64,32	306,40	7,74	0,03	16,05	40,23	208,10	4,49	0,15	19,79	19,13	335,50	14,96	0,00	14,98	31,74
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,82	269,61		(1),(2),(3),(5)	17,00	0,59	169,53		(1),(2),(3),(8)	0,00	1,97	136,55		(1), (2)	0,00	1,59	98,19		(1)	0,00	0,98	112,12	
UZSONNA	Tej (2) Csirkemellsonka /Efef/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Tej (2) Csicseriborsókrém (6) Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Tej (2) Selyemsonka /Sága/ (2) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Citromos tea Tavaszi túrókrém (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					Tej (2) Mozzarella sajt szelet (2) Vénusz margarin Német zsemle (1) Koktélpáradicsom				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	235,80	8,70	0,95	10,49	27,51	214,30	5,08	0,14	9,88	29,82	246,00	9,28	0,95	10,90	29,13	184,30	3,85	1,19	6,34	29,06	275,00	12,33	3,95	12,39	28,09
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,35	181,80		(1), (2), (6)	0,00	0,52	185,28		(1), (2)	0,00	0,56	182,80		(1), (2)	5,00	0,11	37,11		(1), (2)	0,00	0,32	180,00	

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