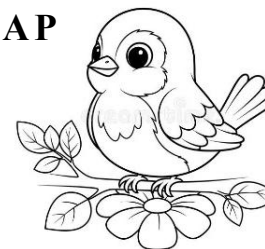
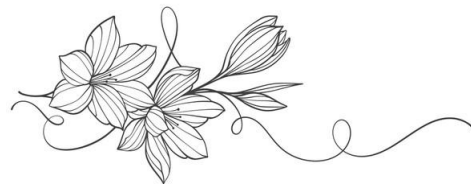


2026. Május 11. – Május 15.

TEJFEHÉRJE- 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	Rizsital /Alpro/ Baracklekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Gyümölcsstea Növényi sajtkrém /Violife/ 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)	280,00	5,68	1,09	4,77	51,72	215,00	7,88	0,95	3,51	30,74	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)		0,00	0,02	240,00	(1)		5,00	0,02	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 rizstejturmix					Körtelél /Sió/					Házi málnás smoothie rizstejjel					Almalé /HohesC 100%/					Házi banános rizstejturmix				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	129,70	1,59	0,00	0,50	29,23	58,50	0,00	0,00	0,00	13,50	146,60	1,73	0,00	0,87	30,68	89,00	0,10	0,00	0,10	21,30	83,30	1,06	0,00	0,32	18,67
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	2,00		0,01	180,00	-	0,00	0,00	0,00		-	1,00	0,00	213,55		-	0,00		0,00	0,00	-	1,00	0,01	120,00	
EBÉD	Reszelt növényi sajt /Violife/ Zöldborsófőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Banán					Sertés apróhús Orsó tészta /Gyermelyi, durum/ (1) Céklassaláta /Bonduelle/ Alma					Pulykafasírt (1) /Tojásmentes/ Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Banán					Párolt csirkemell Tökfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Körte					Húsgombóc (1) /Tojásmentes/ Karalábéfőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	239,90	5,02	0,00	7,39	35,69	342,20	11,29	0,02	18,10	39,60	484,00	14,53	0,00	14,45	67,12	255,50	3,39	0,00	18,50	35,95	350,30	5,51	0,00	19,73	52,94
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		0,00	0,49	170,74	(1)		0,00	1,64	20,53	(1)		5,00	1,24	88,14	(1)		0,00	1,97	115,33	(1)		0,00	1,47	265,60
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Nosztalgia párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Német zsemle (1) Fürtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Sonka szelet /Efef/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Rizsital /Alpro/ Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rizsital /Alpro/ Sült karaj sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Póréhagyma					Rizsital /Alpro/ Növényi sajtkrém /Violife/ Búzakenyér (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	293,60	9,13	1,09	4,72	46,79	267,00	6,09	1,09	7,68	44,91	265,90	5,66	1,09	4,68	48,57	256,40	6,36	1,06	4,71	43,87	301,00	9,48	1,09	4,83	48,58
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)		0,00	0,02	241,80	(1)		0,00	0,35	242,70	(1)		3,50	0,02	240,00	(1)		0,00	0,11	243,96	(1)		0,00	0,02	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) mogyoró, (8) hal, (9) diófélék, (10) szezám, (11) rák, (12) kén-dioxid, szulfid, (13) csillagfűrt, (14) puhatestűek.

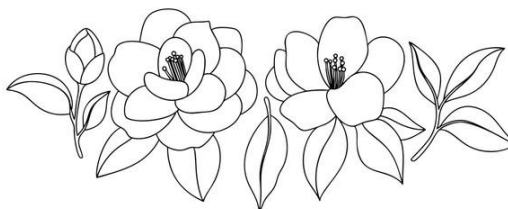
2026. Május 18. – Május 22.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES 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 Növényi sajtkrém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Gyümölcs tea Padlizsánkrém (6) /Tojásmentes/ Búzakenyér (1) Jégcsapretek					Rooibos tea Borjómájás /Nádudvar/(4) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Rizsital /Alpro/ Chocapic gabonapehely (1)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	192,00	3,64	1,09	4,49	33,14	213,60	7,88	0,95	3,25	29,74	171,20	4,15	1,09	5,12	26,39	159,80	3,36	0,00	4,58	26,21	210,00	4,16	0,22	1,58	41,28
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		5,00	0,02	3,78	(1)	5,00	0,02	5,58	(1)	5,00	0,02	16,83	(1), (4)	5,00	0,18	6,48	(1)	4,98	0,00	240,00				
TÍZÓRAI	Házi trópusi rizstejturmix					Multivitamin /Happy Day 100%/					Házi szamócás smoothie rizstejjel					Narancsos őszilé /Sió/					Házi banános rizstejturmix				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	130,60	1,58	0,00	0,27	28,95	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	153,40	1,36	0,00	0,63	33,71	51,00	0,00	0,00	0,00	12,00	123,70	1,05	0,00	0,18	27,68
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	1,00	0,00	180,00	-	0,00	0,00	0,00	-	6,00	0,00	183,55	-	0,00	0,00	0,00	-	7,00	0,00	153,55					
EBÉD	Halrudacska sütőben sütvé /100%-os színfiléből/ (1),(8) Burgonyapüré /Alpro Rizsital/ Alma					Csirke apróhús Karfiolfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Banán					Temesvári sertéstokány rizstejjel (1) Párolt basmati rizs Körte					Tavaszi pulykaraguleves rizstejjel (1),(5) Rizstejbedara kakaós szóráttal /Holland/ (1)					Párolt pulykamell Salátafőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Banán				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	339,40	13,89	0,95	10,20	41,58	247,30	5,05	0,00	17,48	29,69	373,80	12,37	0,00	16,28	50,06	321,40	8,21	0,00	12,22	47,51	328,90	11,42	0,00	19,12	48,41
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (8)		0,00	1,00	47,81	(1)	0,00	0,98	163,92	(1)	0,00	1,97	107,06	(1), (5)	5,00	0,29	198,72	(1)	0,00	1,97	225,23				
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Borjómájás /Nádudvar/(4) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Rizsital /Alpro/ Baromfi párizsi /Finomino/(4) Vénusz margarin Német zsemle (1) Kaliforniai paprika					Rizsital /Alpro/ Növényi sajtkrém /Violife/ Búzakenyér (1) Póréhagyma					Rizsital /Alpro/ Csirkemellsonka /Efef/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Koktélparadicsom					Gyümölcs tea Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Zöldpaprika				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	258,00	5,46	0,00	4,83	47,19	299,00	9,23	2,29	5,53	48,04	304,20	9,50	1,09	4,97	49,15	269,80	6,12	1,09	7,73	45,46	206,00	7,52	1,09	2,92	29,79
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)		0,00	0,18	242,70	(1), (4)	0,00	0,42	242,80	(1)	0,00	0,02	243,96	(1)	0,00	0,35	240,00	(1)	5,00	0,02	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) mogoró, (8) hal, (9) diófélék, (10) szeszámag, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfűrt, (14) puhatestűek.

2026. Május 26. – Május 29.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

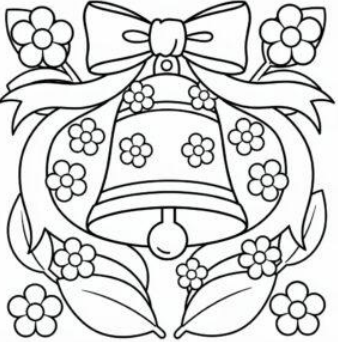
22. hét

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><i>Május 25.</i> <i>Pünkösdi Hétfő</i></p> 	Gyümölcs tea Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)	Rooibos tea Növényi sajtkrém /Violife/ Búzakenyér (1) Koktélparadicsom	Gyümölcs tea Lazackrém (6),(8) /Rio Mare/ Búzakenyér (1) Vajretek	Citromos tea Sült paprikakrém Teljes kiőrlésű bagett (1) Kigyóuborka																	
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		167,70	3,56	1,09	4,43	27,59	205,60	7,40	1,09	4,63	28,14	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)	5,00	0,02	3,78	(1),(6),(8)	5,00	0,04	3,78	(1)	5,00	0,20	12,13				
TÍZÓRAI			Szőlőlé /Sió/				Házi almás rizstejturmix				Ananászlé /Happy Day 100%/				Házi málnás smoothie rizstejjel							
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		61,50	0,75	0,00	0,00	14,85	108,50	1,58	0,00	0,45	23,10	75,00	0,08	0,00	0,30	17,25	151,40	1,46	0,00	0,83	32,36	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		-	0,00	0,00	0,00		-	0,00	0,00	182,48		-	0,00	0,00	0,00		-	6,00	0,00	183,55		
EBÉD			Csirkemájfelfújt (1) /Tojásmentes/ Harmónia főzelék (1) /Alpro Rizsital/ Körte				Zöldséges rizses hús Csemege uborka (6) Banán				Csirke apróhús Brokkolifőzelék (1) /Burgonyával sürtve/ Alma				Bolognai ragu növényi sajttal (5) Rövidcső durum tészta (1) Banán							
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		227,40	2,62	0,03	10,79	31,60	335,10	9,96	0,03	14,16	43,64	235,10	4,89	0,15	18,24	25,86	422,20	13,77	0,00	15,08	56,20	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(1)		0,00	0,98	75,97	(6)	0,00	0,12	115,73		(1)	0,00	1,52	99,49	(1)	0,00	1,98	84,73			
UZZONNA			Rizsital /Alpro/ Növényi sajtkrém /Violife/ Német zsemle (1) Kaliforniai paprika				Rizsital /Alpro/ Sertéspárizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kigyóuborka				Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Fürtös paradicsom				Rizsital /Alpro/ Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Zöldpaprika							
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	308,20	9,63	1,09	3,33	51,52	300,60	9,56	2,35	6,03	47,38	306,80	9,63	1,09	3,07	50,52	267,20	6,11	1,09	7,65	44,96		
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		0,00	0,02	242,80	(1), (4)	0,00	0,02	242,70		(1)	0,00	0,02	241,80	(1)	0,00	0,35	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) mogyoró, (8) hal, (9) diófélék, (10) szeszam, (11) rák, (12) kén-dioxid, (13) csillagfűrt, (14) puhatestűek.

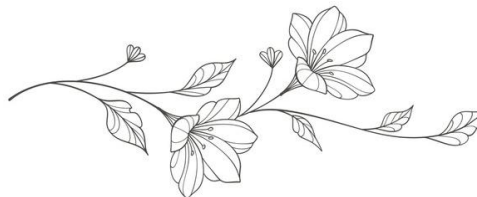
2026. Június 01. – Június 05.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



23. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
REGGELI	Gyümölcs tea Csipkelekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)	Rooibos tea Növényi sajtkrém /Violife/ Német zsemle (1) Kaliforniai paprika	Gyümölcs tea Házi tökmagvas csirkehúskrém (6) Búzakenyér (1) Tricolor paprika	Rizsital /Alpro/ Cini-Minis gabonapehely (1)	Rooibos tea Sonkakerém /Kométa/ Búzakenyér (1) Póréhagyma
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	174,90 3,56 1,09 4,48 29,34	210,00 7,53 1,09 3,08 30,54	213,70 7,78 2,04 8,48 25,33	252,00 5,19 0,33 2,19 48,62	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) 5,00 0,02 6,58	(1), (6) 5,00 0,05 7,32	(1) 7,47 0,00 240,00	(1) 5,00 0,02 7,74
TÍZÓRAI	Házi banános rizstejturmix	Almás mangólé /Happy Day 100%/	Házi szamócsás smoothie rizstejjel	Kajsziaracklé /Sió/	Házi barackos rizstejturmix
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	123,70 1,05 0,00 0,18 27,68	84,00 0,75 0,00 0,75 19,50	153,40 1,36 0,00 0,63 33,71	52,50 0,00 0,00 0,00 12,00	120,20 1,59 0,00 0,45 26,77
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	- 7,00 0,00 153,55	- 0,00 0,00 0,00	- 6,00 0,00 183,55	- 0,00 0,00 0,00	- 1,00 0,01 180,00
EBÉD	Reszelt növényi sajt /Violife/ Mexikóifőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Alma	Gulyásleves (5) Rizstejberizs házi áfonyamártással (1)	Halpogácsa (1),(8) /Tojásmentes/ Parajos burgonyapüré rizstejjel Banán	Párolt csirkemell filé Royalfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Alma	Sertés apróhús Kelkáposztafőzelék (1) Banán
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	202,60 4,81 0,00 2,37 33,78	517,00 12,21 1,40 17,53 85,30	339,20 9,43 0,98 15,94 44,62	211,60 3,62 0,15 18,38 23,43	351,60 14,99 0,00 17,29 33,27
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1) 0,00 0,49 65,61	(1), (5) 11,00 0,68 201,64	(1), (8) 0,00 1,98 136,05	(1) 0,00 1,59 98,19	(1) 0,00 0,98 118,94
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Kemencés sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom	Rizsital /Alpro/ Csicseriborsókrém (6) Búzakenyér (1) Zöldpaprika	Rizsital /Alpro/ Borjúpárizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika	Citromos tea Sonkakerém /Efef/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka	Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Koktélpáradicsom
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	271,20 6,88 0,95 4,20 46,92	256,30 2,98 0,14 5,74 49,37	310,40 10,38 2,67 5,96 48,02	176,70 4,48 0,95 6,23 26,25	306,80 9,63 1,09 3,25 51,24
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1) 0,00 0,11 241,80	(1), (6) 0,00 0,52 245,28	(1), (4) 0,00 0,46 242,80	(1) 5,00 0,35 6,48	(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) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfűrt, (14) puhatestűek.