

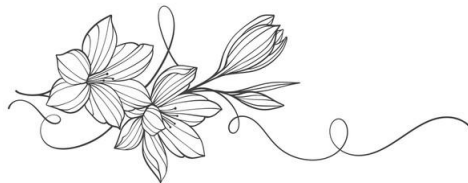
2026. Május 11. – Május 15.

TEJFEHÉRJEMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

Diétás étkezést 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/ Baracklevár 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					Körtelé /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 (1),(3) Céklasaláta /Bonduelle/ Alma					Pulykafasírt (1),(3) Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Banán					Párolt csirkemell Tökfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Körte					Húsgombóc (1),(3) Karalábéfőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	239,90	5,02	0,00	7,39	35,69	311,90	11,22	0,02	17,80	32,27	471,20	14,80	0,03	14,23	63,44	255,50	3,39	0,00	18,50	35,95	354,00	5,89	0,00	20,16	53,08
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		0,00	0,49	170,74	(1), (3)		0,00	1,63	27,73	(1), (3)		5,00	1,08	86,09	(1)		0,00	1,97	115,33	(1), (3)		0,00	1,47	266,00
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Nosztalgia párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Német zsemle (1) Fürtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Főtt tojás karika (3) 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	284,20	8,08	1,09	8,05	44,90	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), (3)		0,00	0,02	250,70	(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)ogyoró, (8) hal, (9) diófélék, (10) szezám, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfűrt, (14) puhatestűek.

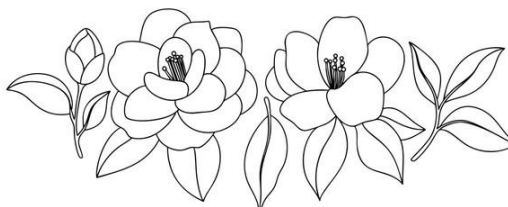
2026. Május 18. – Május 22.

TEJFEHÉRJEMENTES 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 (3),(6) 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	204,10	7,76	2,05	5,15	26,51	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), (3), (6)		5,00	0,07	11,93	(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 szinfiléből/ (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)					Főtt tojás (3) 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	249,40	6,54	0,00	14,92	45,96
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), (3)		0,00	0,98	226,51
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) mogyoró, (8) hal, (9) diófélék, (10) szeszamag, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfűrt, (14) puhatestűek.

2026. Május 26. – Május 29.

TEJFEHÉRJEMENTES 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> 	Gyümölcs tea Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)	Rooibos tea Tepsis bundás kenyér /Alpro rizsital, Violife növényi sajt/ (1),(3) Koktélpáradicsom	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	174,70 3,98 0,14 8,03 25,16	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), (3) 5,00 0,049 12,15	(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		Csirkemájfelfűjt (1),(3) Harmónia főzelék (1) /Alpro Rizsital/ Körte	Zöldséges rizses hús Csemege uborka (6) Banán	Csirke apróhús Brokkolifőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma	Bolognai ragu növényi sajttal (5) Rövidcső tészta (1),(3) Banán
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		234,00 3,10 0,03 11,44 31,62	335,10 9,96 0,03 14,16 43,64	235,10 4,89 0,15 18,24 25,86	440,70 13,75 36,45 16,74 22,41
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (3) 0,00 0,98 77,57	(6) 0,00 0,12 115,73	(1) 0,00 1,52 99,49	(1), (3), (5) 0,00 0,50 93,38	
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Növényi sajtkrém /Violife/ Német zsemle (1) Kaliforniai paprika	Rizsital /Alpro/ Sertéspárizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka	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 ételsoronként 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) csillagfürt, (14) puhatestűek.

2026. Június 01. – Június 05.

TEJFEHÉRJEMENTES 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 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 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	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	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) 5,00 0,02 6,58	(1), (6) 5,00 0,05 7,32	(1) 7,47 0,00 240,00	(1),(3),(6) 5,00 0,11 12,54
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/ Mexikói főzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Alma	Gulyásleves (5) Rizstejberizs házi áfonyamártással (1)	Halpogácsa (1),(3),(8) Parajos burgonyapüré rizstejjel Banán	Párolt csirkemell filé Royal főzelék (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	336,90 9,86 0,98 14,64 44,53	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), (3), (8) 0,00 1,98 136,55	(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 Sonkakrém /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 ételsorokként 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) csillagfűt, (14) puhatestűek.