

Budaörs Százszorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.05.11)

Étlap 2026.05.25 - 2026.05.31

(Nem diétás menü)

Menü: 0001 Gyermekek

Korcsopor: Gyermekek 1 - 3 éves

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermek É=Mest.édesítő F=Földimohyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfidok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezám-mag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Reggeli

| | Gyümölcs tea (b) | Gyümölcs tea (b) | Gyümölcs tea (b) | Gyümölcs tea (b) |
|------------------------|---|---|---|---|
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78 | EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78 | EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78 |
| * Allergén | | | | |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 16,50 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 4,05 CK= 3,50 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 253,70 ZS= 13,34 TZS= 6,24 FH= 13,32 SZH= 19,53 CK= 0,00 SÓ= 0,91 KA= 34,37 | EN= 60,13 ZS= 5,60 TZS= 1,28 FH= 1,55 SZH= 0,77 CK= 0,00 SÓ= 0,04 KA= 0,00 |
| * Allergén | | | | |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 | EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,80 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| * Allergén | | | | |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 3,00 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,24 SZH= 0,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 167,7 / 702,0 | 286,1 / 1205,2 | 187,3 / 780,1 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 3,56 | 13,38 | 6,18 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 1,09 | 6,24 | 1,42 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 4,43 | 13,63 | 6,22 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 27,59 | 25,96 | 24,55 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 8,50 | 5,00 | 5,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,02 | 0,91 | 0,04 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 3,78 | 38,15 | 3,78 |

Tízórai

| | Szőlőlé (b) | Actimel (b) | Ananászlé 100% (b) | Málnás-banános tejturmix |
|------------------------|---|---|---|--|
| ** Tápanyag: | EN= 61,50 ZS= 0,75 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 14,85 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 76,00 ZS= 1,50 TZS= 0,00 FH= 2,80 SZH= 12,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 120,00 | EN= 69,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 16,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 142,63 ZS= 3,65 TZS= 0,00 FH= 4,35 SZH= 21,61 CK= 6,00 SÓ= 0,00 KA= 183,55 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 61,5 / 258,0 | 69,0 / 289,5 | 142,6 / 596,5 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 0,75 | 0,00 | 3,65 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 4,35 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 14,85 | 16,05 | 21,61 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 183,55 |

Ébéd

| | Majorannás májfűjt (b) | Tavaszi rizseshús (b) | Csirke apróhús (b) | Bolognai rövidcső (b) |
|------------------------|--|--|---|---|
| ** Tápanyag: | EN= 94,21 ZS= 2,41 TZS= 0,03 FH= 9,74 SZH= 8,41 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 27,55 | EN= 271,49 ZS= 9,92 TZS= 0,03 FH= 13,92 SZH= 29,31 CK= 0,00 SÓ= 0,12 KA= 55,34 | EN= 94,48 ZS= 3,48 TZS= 0,00 FH= 12,69 SZH= 2,16 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 9,23 | EN= 396,68 ZS= 14,86 TZS= 29,16 FH= 20,34 SZH= 11,77 CK= 0,00 SÓ= 0,70 KA= 153,31 |
| * Allergén | | | | |
| ** Tápanyag: | EN= 95,55 ZS= 1,22 TZS= 0,00 FH= 2,22 SZH= 10,92 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 37,30 | EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,24 SZH= 1,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 105,02 ZS= 2,29 TZS= 0,82 FH= 5,29 SZH= 13,72 CK= 0,00 SÓ= 1,03 KA= 49,80 | EN= 57,65 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 13,29 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 60,39 |
| * Allergén | | | | |
| ** Tápanyag: | EN= 42,12 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 9,72 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,72 | EN= 57,65 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 13,29 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 60,39 | EN= 25,11 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 5,67 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 4,46 | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 231,9 / 970,4 | 335,1 / 1402,9 | 224,6 / 940,1 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 3,63 | 9,96 | 5,77 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 0,03 | 0,03 | 0,82 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 12,28 | 14,16 | 18,31 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 29,04 | 43,64 | 21,55 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,98 | 0,12 | 1,52 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 77,57 | 115,73 | 63,49 |

Budaörs Százszorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.05.11)

Étlap 2026.05.25 - 2026.05.31

(Nem diétás menü)

Menü: 0001 Gyermekek

Korcsoport: Gyermekek 1 - 3 éves

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimogyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfidok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezám-mag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Uzsonna

| | Tej (b) T | Tej (b) T | Tej (b) T | Tej (b) T |
|------------------------|--|--|--|--|
| * Allergén | T | T | T | T |
| ** Tápanyag: | EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00 | EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00 | EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00 | EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00 |
| * Allergén | Magyaros vajkrém (b) T | Pick sertés párizsi (b) S | Gouda sajt szelet (b) T | Sága Selyemsonka (b) T |
| ** Tápanyag: | EN= 53,00 ZS= 5,00 TZS= 0,00 FH= 2,69 SZH= 20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 41,40 ZS= 3,40 TZS= 1,40 FH= 2,40 SZH= 0,28 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 70,00 ZS= 5,40 TZS= 3,30 FH= 5,10 SZH= 0,04 CK= 0,00 SÓ= 0,40 KA= 0,00 | EN= 24,60 ZS= 1,00 TZS= 0,00 FH= 3,00 SZH= 0,76 CK= 0,00 SÓ= 0,54 KA= 0,00 |
| * Allergén | Német zsemle (b) G | Vénusz margarin (b) G | Vénusz margarin (b) G | Vénusz margarin (b) G |
| ** Tápanyag: | EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,69 SZH= 20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 |
| * Allergén | Kaliforniai paprika (b) G | Rozsos baguette (b) G | Német zsemle (b) G | Kiskifli (b) G, T |
| ** Tápanyag: | EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,28 SZH= 1,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,80 | EN= 104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,12 SZH= 20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,69 SZH= 20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 77,75 ZS= 0,54 TZS= 0,11 FH= 2,27 SZH= 15,58 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| * Allergén | | Kigyóúborborka (b) G | Paradicsom (b) G | Zöldpaprika (b) G |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 0,26 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70 | EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,02 SZH= 0,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,80 | EN= 2,00 ZS= 0,03 TZS= 0,00 FH= 0,12 SZH= 0,30 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,40 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 242,4 / 1014,1 | 258,6 / 1082,1 | 285,0 / 1192,4 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 9,93 | 11,66 | 13,33 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 0,14 | 2,35 | 4,39 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 8,03 | 10,17 | 12,31 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 29,33 | 27,83 | 27,21 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,42 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 182,80 | 182,70 | 181,80 |

Napi összesített energia

| | | | | | |
|------------------------|-----------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 703,5 / 2944,5 | 955,8 / 4008,2 | 765,9 / 3202,1 | 957,1 / 4005,5 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 17,87 | 36,50 | 25,28 | 28,38 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 1,26 | 8,62 | 6,63 | 30,22 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 24,74 | 40,76 | 36,84 | 38,41 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 100,81 | 109,42 | 89,36 | 98,53 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 8,50 | 5,00 | 5,00 | 11,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 1,00 | 1,04 | 1,98 | 1,45 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 264,15 | 456,58 | 249,07 | 590,79 |

Budaörs Százsorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.05.11)

Étlap 2026.05.25 - 2026.05.31

(Nem diétás menü)

Menü: 0003 Típegő

Korcsopor: Gyermek 1 - 3 éves

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermek É=Mest.édesítő F=Földimohyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfidok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezám-mag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Reggeli

| | Gyümölcs tea (b) | Gyümölcs tea (b) | Gyümölcs tea (b) | Gyümölcs tea (b) |
|------------------------|---|---|---|--|
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78 | EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78 | EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78 |
| * Allergén | Csurgatott méz (b) | Tojáskrém (b) | Lazackrém (b) | Sült paprikakrém (b) |
| ** Tápanyag: | EN= 16,50 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 4,05 CK= 3,50 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 74,98 ZS= 7,49 TZS= 1,90 FH= 1,99 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,05 KA= 4,80 | EN= 60,13 ZS= 5,60 TZS= 1,28 FH= 1,55 SZH= 0,77 CK= 0,00 SÓ= 0,04 KA= 0,00 | EN= 10,85 ZS= 0,05 TZS= 0,00 FH= 3,15 SZH= 2,07 CK= 0,00 SÓ= 0,20 KA= 5,65 |
| * Allergén | Vénusz margarin (b) | Búzakenyér (b) | Búzakenyér (b) | Rozsos baguette (b) |
| ** Tápanyag: | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 | EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| * Allergén | Búzakenyér (b) | Koktélparadicsom (b) | Vajretek (b) | Kigyóuborka (b) |
| ** Tápanyag: | EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,20 SZH= 0,80 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 3,00 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,24 SZH= 0,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,24 SZH= 0,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 167,7 / 702,0 | 203,8 / 848,8 | 144,8 / 606,5 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 3,56 | 8,09 | 1,10 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 1,09 | 2,04 | 0,00 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 4,43 | 6,61 | 3,83 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 27,59 | 24,51 | 28,18 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 8,50 | 5,00 | 5,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,02 | 0,05 | 0,20 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 3,78 | 8,58 | 12,13 |

Tízórai

| | Szőlőlé (b) | Actimel (b) | Ananászlé 100% (b) | Málnás-banános tejturmix |
|------------------------|---|---|---|--|
| ** Tápanyag: | EN= 61,50 ZS= 0,75 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 14,85 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 76,00 ZS= 1,50 TZS= 0,00 FH= 2,80 SZH= 12,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 120,00 | EN= 69,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 16,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 142,63 ZS= 3,65 TZS= 0,00 FH= 4,35 SZH= 21,61 CK= 6,00 SÓ= 0,00 KA= 183,55 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 61,5 / 258,0 | 69,0 / 289,5 | 142,6 / 596,5 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 0,75 | 0,00 | 3,65 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 4,35 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 14,85 | 16,05 | 21,61 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 183,55 |

Ébéd

| | Majorannás májfelfűjt (b) | Pulyka apróhús (b) | Csirke apróhús (b) | Sertés apróhús (b) |
|------------------------|--|---|---|---|
| ** Tápanyag: | EN= 94,21 ZS= 2,41 TZS= 0,03 FH= 9,74 SZH= 8,41 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 27,55 | EN= 138,25 ZS= 9,66 TZS= 0,00 FH= 10,42 SZH= 1,19 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 9,25 | EN= 94,48 ZS= 3,48 TZS= 0,00 FH= 12,69 SZH= 2,16 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 9,23 | EN= 154,37 ZS= 9,69 TZS= 0,00 FH= 12,74 SZH= 2,73 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 16,07 |
| * Allergén | Harmónia főzelék (b) | Finomfőzelék (b) | Brokkolifőzelék (b) | Burgonya puré (b) |
| ** Tápanyag: | EN= 95,55 ZS= 1,22 TZS= 0,00 FH= 2,22 SZH= 10,92 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 37,30 | EN= 129,30 ZS= 1,35 TZS= 0,00 FH= 5,76 SZH= 22,79 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 37,30 | EN= 105,02 ZS= 2,29 TZS= 0,82 FH= 5,29 SZH= 13,72 CK= 0,00 SÓ= 1,03 KA= 49,80 | EN= 135,95 ZS= 4,05 TZS= 0,00 FH= 3,55 SZH= 20,76 CK= 0,00 SÓ= 0,99 KA= 43,35 |
| * Allergén | Körte (b) | Banán (b) | Alma (b) | Banán (b) |
| ** Tápanyag: | EN= 42,12 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 9,72 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,72 | EN= 57,65 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 13,29 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 60,39 | EN= 25,11 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 5,67 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 4,46 | EN= 57,65 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 13,29 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 60,39 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 231,9 / 970,4 | 325,2 / 1288,4 | 224,6 / 940,1 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 3,63 | 11,00 | 5,77 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,82 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 12,28 | 16,17 | 18,31 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 29,04 | 37,26 | 21,55 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,98 | 0,98 | 1,52 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 77,57 | 106,94 | 63,49 |

Budaörs Százszorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.05.11)

Étlap 2026.05.25 - 2026.05.31

(Nem diétás menü)

Menü: 0003 Tipegő

Korcsoport: Gyermek 1 - 3 éves

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimogyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfitok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezám-mag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Uzsonna

| | Tej (b) T | Tej (b) T | Tej (b) T | Tej (b) T | |
|---------------------------------|--|--|--|--|----------------|
| * Allergén | T | T | T | T | |
| ** Tápanyag: | EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00 | EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00 | EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00 | EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00 | |
| * Allergén | Magyaros vajkrém (b) T | Pick sertés párizsikrém (b) S | Gouda sajtkrém (b) T | Sága Selyemsonkakrém (b) T | |
| ** Tápanyag: | EN= 53,00 ZS= 5,00 TZS= 0,00 FH= 0,56 SZH= 1,16 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 58,05 ZS= 5,55 TZS= 2,00 FH= 1,80 SZH= 0,21 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 | EN= 97,00 ZS= 8,40 TZS= 4,25 FH= 5,10 SZH= 0,04 CK= 0,00 SÓ= 0,42 KA= 0,00 | EN= 51,60 ZS= 4,00 TZS= 0,95 FH= 3,00 SZH= 0,76 CK= 0,00 SÓ= 0,56 KA= 0,00 | |
| * Allergén | Búzakenyér (b) G | Rozsos baguette (b) G | Búzakenyér (b) G | Búzakenyér (b) G | |
| ** Tápanyag: | EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,12 SZH= 20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | |
| * Allergén | Paradicsom (b) G | Kigyóúborborka (b) G | Paradicsom (b) G | Kigyóúborborka (b) G | |
| ** Tápanyag: | EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,02 SZH= 0,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,80 | EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 0,26 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70 | EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,02 SZH= 0,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,80 | EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 0,26 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70 | |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 238,0 / 995,7 | 248,3 / 1038,8 | 282,0 / 1179,9 | 233,8 / 978,1 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 9,80 | 10,81 | 13,20 | 8,78 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 0,14 | 2,00 | 4,39 | 1,09 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 9,40 | 9,57 | 13,94 | 11,97 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 26,21 | 27,76 | 25,09 | 25,99 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,42 | 0,56 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 181,80 | 182,70 | 181,80 | 182,70 |
| Napi összesített energia | | | | | |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 699,1 / 2926,0 | 853,2 / 3494,0 | 762,9 / 3189,6 | 869,2 / 3637,4 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 17,74 | 31,40 | 25,15 | 27,27 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 1,27 | 4,04 | 6,64 | 1,09 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 26,11 | 35,16 | 38,47 | 36,43 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 97,69 | 101,52 | 87,24 | 112,55 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 8,50 | 5,00 | 5,00 | 11,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 1,00 | 1,05 | 1,98 | 2,24 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 263,15 | 418,22 | 249,07 | 498,20 |

Budaörs Százszorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.05.11)

Étlap 2026.05.25 - 2026.05.31

(Banánmentes)

Menü: 0006 Banán mentes

Korcsoport: Gyermek 1 - 3 éves

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimohyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfidok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezámag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Reggeli

| | Gyümölcs tea (b) | Gyümölcs tea (b) | Gyümölcs tea (b) | Gyümölcs tea (b) |
|------------------------|---|---|---|---|
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78 | EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78 | EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78 |
| * Allergén | | | | |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 16,50 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 4,05 CK= 3,50 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN=253,70 ZS=13,34 TZS= 6,24 FH=13,32 SZH=19,53 CK= 0,00 SÓ= 0,91 KA= 34,37 | EN= 60,13 ZS= 5,60 TZS= 1,28 FH= 1,55 SZH= 0,77 CK= 0,00 SÓ= 0,04 KA= 0,00 |
| * Allergén | | | | |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 | EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,80 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| * Allergén | | | | |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 3,00 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,24 SZH= 0,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 167,7 / 702,0 | 286,1 / 1205,2 | 187,3 / 780,1 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 3,56 | 13,38 | 6,18 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 1,09 | 6,24 | 1,42 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 4,43 | 13,63 | 6,22 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 27,59 | 25,96 | 24,55 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 8,50 | 5,00 | 5,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,02 | 0,91 | 0,04 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 3,78 | 38,15 | 3,78 |

Tízórai

| | Szőlőlé (b) | Actimel (b) | Ananászlé 100% (b) | Málnás-banános tejturmix |
|------------------------|---|---|---|--|
| ** Tápanyag: | EN= 61,50 ZS= 0,75 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 14,85 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 76,00 ZS= 1,50 TZS= 0,00 FH= 2,80 SZH= 12,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 120,00 | EN= 69,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 16,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 142,63 ZS= 3,65 TZS= 0,00 FH= 4,35 SZH= 21,61 CK= 6,00 SÓ= 0,00 KA= 183,55 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 61,5 / 258,0 | 69,0 / 289,5 | 142,6 / 596,5 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 0,75 | 0,00 | 3,65 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 4,35 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 14,85 | 12,00 | 21,61 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 0,00 | 120,00 | 183,55 |

Ébéd

| | Majorannás májfűjt (b) | Tavaszi rizseshús (b) | Csirke apróhús (b) | Bolognai rövidcső (b) |
|------------------------|--|--|---|---|
| ** Tápanyag: | EN= 94,21 ZS= 2,41 TZS= 0,03 FH= 9,74 SZH= 8,41 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 27,55 | EN= 271,49 ZS= 9,92 TZS= 0,03 FH= 13,92 SZH= 29,31 CK= 0,00 SÓ= 0,12 KA= 55,34 | EN= 94,48 ZS= 3,48 TZS= 0,00 FH= 12,69 SZH= 2,16 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 9,23 | EN= 396,68 ZS= 14,86 TZS= 29,16 FH= 20,34 SZH= 11,77 CK= 0,00 SÓ= 0,70 KA= 153,31 |
| * Allergén | | | | |
| ** Tápanyag: | EN= 95,55 ZS= 1,22 TZS= 0,00 FH= 2,22 SZH= 10,92 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 37,30 | EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,24 SZH= 1,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 105,02 ZS= 2,29 TZS= 0,82 FH= 5,29 SZH= 13,72 CK= 0,00 SÓ= 1,03 KA= 49,80 | EN= 42,12 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 9,72 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,72 |
| * Allergén | | | | |
| ** Tápanyag: | EN= 42,12 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 9,72 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,72 | EN= 25,11 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 5,67 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 4,46 | EN= 25,11 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 5,67 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 4,46 | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 231,9 / 970,4 | 302,6 / 1266,7 | 224,6 / 940,1 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 3,63 | 9,96 | 5,77 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 0,03 | 0,03 | 0,82 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 12,28 | 14,49 | 18,31 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 29,04 | 36,02 | 21,55 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,98 | 0,12 | 1,52 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 77,57 | 59,79 | 63,49 |

Budaörs Százszorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.05.11)

Étlap 2026.05.25 - 2026.05.31

(Banánmentes)

Menü: 0006 Banán mentes

Korcsoport: Gyermek 1 - 3 éves

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimohyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfidok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezám-mag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Uzsonna

| | Tej (b) T | Tej (b) T | Tej (b) T | Tej (b) T |
|---------------------------------|---|--|--|--|
| * Allergén | T | T | T | T |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00 | EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00 | EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00 |
| * Allergén | Magyaros vajkrém (b) T | Pick sertés párizsi (b) S | Gouda sajt szelet (b) T | Sága Selyemsonka (b) T |
| ** Tápanyag: | EN= 53,00 ZS= 5,00 TZS= 0,00 FH= 2,69 SZH= 20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 41,40 ZS= 3,40 TZS= 1,40 FH= 2,40 SZH= 0,28 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 70,00 ZS= 5,40 TZS= 3,30 FH= 5,10 SZH= 0,04 CK= 0,00 SÓ= 0,40 KA= 0,00 | EN= 24,60 ZS= 1,00 TZS= 0,00 FH= 3,00 SZH= 0,76 CK= 0,00 SÓ= 0,54 KA= 0,00 |
| * Allergén | Német zsemle (b) G | Vénusz margarin (b) G | Vénusz margarin (b) G | Vénusz margarin (b) G |
| ** Tápanyag: | EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,69 SZH= 20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,28 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,28 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,28 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 |
| * Allergén | Kaliforniai paprika (b) G | Rozsba baguette (b) G | Német zsemle (b) G | Kiskifli (b) G, T |
| ** Tápanyag: | EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,28 SZH= 1,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,80 | EN= 104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,12 SZH= 20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,69 SZH= 20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 77,75 ZS= 0,54 TZS= 0,11 FH= 2,27 SZH= 15,58 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| * Allergén | | Kigyóúborborka (b) G | Paradicsom (b) G | Zöldpaprika (b) G |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 0,26 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70 | EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,02 SZH= 0,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,80 | EN= 2,00 ZS= 0,03 TZS= 0,00 FH= 0,12 SZH= 0,30 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,40 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 242,4 / 1014,1 | 258,6 / 1082,1 | 285,0 / 1192,4 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 9,93 | 11,66 | 13,33 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 0,14 | 2,35 | 4,39 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 8,03 | 10,17 | 12,31 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 29,33 | 27,83 | 27,21 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,42 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 182,80 | 182,70 | 181,80 |
| Napi összesített energia | | | | |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 703,5 / 2944,5 | 923,3 / 3872,0 | 765,9 / 3202,1 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 17,87 | 36,50 | 25,28 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 1,26 | 8,62 | 6,63 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 24,74 | 41,09 | 36,84 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 100,81 | 101,80 | 89,36 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 8,50 | 5,00 | 5,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 1,00 | 1,04 | 1,98 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 264,15 | 400,64 | 249,07 |

Budaörs Százszorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.05.11)

Étlap 2026.05.25 - 2026.05.31

(Laktózmentes)

Menü: 0008 Laktózmentes

Korcsopor: Gyermek 1 - 3 éves

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimohyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfitek M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezámag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Reggeli

| | Gyümölcs tea (b) | Gyümölcs tea (b) | Gyümölcs tea (b) | Gyümölcs tea (b) |
|------------------------|---|--|---|--|
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78 | EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78 | EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78 |
| * Allergén | Csurgatott méz (b) | Tepsis bundás kenyér (I) G, T, E | Lazackrém (b) H, M | Sült paprikakrém (b) |
| ** Tápanyag: | EN= 16,50 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 4,05 CK= 3,50 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 250,30 ZS= 13,14 TZS= 2,94 FH= 13,08 SZH= 19,67 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 152,37 | EN= 60,13 ZS= 5,60 TZS= 1,28 FH= 1,55 SZH= 0,77 CK= 0,00 SÓ= 0,04 KA= 0,00 | EN= 10,85 ZS= 0,05 TZS= 0,00 FH= 0,45 SZH= 2,07 CK= 0,00 SÓ= 0,20 KA= 5,65 |
| * Allergén | Vénusz margarin (b) | Koktélparadicsom (b) | Búzakenyér (b) G | Rozsos baguette (b) G |
| ** Tápanyag: | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 | EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,20 SZH= 0,80 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| * Allergén | Búzakenyér (b) G | Vajretek (b) | Kigyóuborka (b) | |
| ** Tápanyag: | EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 3,00 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,24 SZH= 0,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,45 SZH= 21,48 CK= 6,00 SÓ= 0,16 KA= 183,55 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 167,7 / 702,0 | 282,7 / 1183,3 | 187,3 / 780,1 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 3,56 | 13,18 | 6,18 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 1,09 | 2,94 | 1,42 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 4,43 | 13,39 | 6,22 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 27,59 | 26,10 | 24,55 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 8,50 | 5,00 | 5,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,02 | 0,49 | 0,04 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 3,78 | 156,15 | 3,78 |

Tízórai

| | Szőlőlé (b) | Laktózmentes gyümölcs j | Ananászlé 100% (b) | Málnás-banános tejturmix |
|------------------------|---|--|---|--|
| * Allergén | | T | | T |
| ** Tápanyag: | EN= 61,50 ZS= 0,75 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 14,85 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 176,00 ZS= 5,40 TZS= 3,60 FH= 7,20 SZH= 22,80 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 240,00 | EN= 69,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 16,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 142,63 ZS= 3,65 TZS= 0,00 FH= 4,35 SZH= 21,48 CK= 6,00 SÓ= 0,16 KA= 183,55 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 61,5 / 258,0 | 176,0 / 736,0 | 69,0 / 289,5 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 0,75 | 5,40 | 0,00 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 0,00 | 3,60 | 0,00 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 0,00 | 7,20 | 0,00 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 14,85 | 22,80 | 16,05 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 0,00 | 240,00 | 0,00 |

Ébéd

| | Majorannás májfűjt (b) G, E | Tavaszi rizseshús (b) | Csirke apróhús (b) | Bolognai rövidcső (I) T, E, G |
|------------------------|--|--|---|--|
| * Allergén | | | | |
| ** Tápanyag: | EN= 94,21 ZS= 2,41 TZS= 0,03 FH= 9,74 SZH= 8,41 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 27,55 | EN= 271,49 ZS= 9,92 TZS= 0,03 FH= 13,92 SZH= 29,31 CK= 0,00 SÓ= 0,12 KA= 55,34 | EN= 94,48 ZS= 3,48 TZS= 0,00 FH= 12,69 SZH= 2,16 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 9,23 | EN= 400,49 ZS= 15,15 TZS= 36,45 FH= 21,54 SZH= 5,62 CK= 0,00 SÓ= 0,50 KA= 176,99 |
| * Allergén | Harmónia főzelék (I) T, G | Csemege uborka főétk. (b) M | Brokkolifőzelék (I) T, G | Banán (b) |
| ** Tápanyag: | EN= 95,55 ZS= 1,22 TZS= 0,00 FH= 2,22 SZH= 10,89 CK= 0,00 SÓ= 0,53 KA= 37,30 | EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,24 SZH= 1,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 148,60 ZS= 6,88 TZS= 2,95 FH= 6,33 SZH= 12,88 CK= 0,00 SÓ= 1,03 KA= 25,80 | EN= 57,65 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 13,29 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 60,39 |
| * Allergén | Körte (b) | Banán (b) | Alma (b) | |
| ** Tápanyag: | EN= 42,12 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 9,72 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,72 | EN= 67,65 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 13,29 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 60,39 | EN= 25,11 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 5,67 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 4,46 | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 231,9 / 970,4 | 335,1 / 1402,9 | 268,2 / 1123,0 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 3,63 | 9,96 | 10,36 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 0,03 | 0,03 | 2,95 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 12,28 | 14,16 | 19,35 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 29,01 | 43,64 | 20,71 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 1,02 | 0,12 | 1,52 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 77,57 | 115,73 | 39,49 |

Budaörs Százszorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.05.11)

Étlap 2026.05.25 - 2026.05.31

(Laktózmentes)

Menü: 0008 Laktózmentes

Korcsoport: Gyermek 1 - 3 éves

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimogyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfidok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezám-mag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Uzsonna

| | Laktózmentes tej (b) | Laktózmentes tej (b) | Laktózmentes tej (b) | Laktózmentes tej (b) |
|------------------------|---|---|---|---|
| * Allergén | T | T | T | T |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN=112,00 ZS= 5,60 TZS= 0,00 FH= 6,00 SZH= 9,20 CK= 0,00 SÓ= 0,26 KA=240,00 | EN=112,00 ZS= 5,60 TZS= 0,00 FH= 6,00 SZH= 9,20 CK= 0,00 SÓ= 0,26 KA=240,00 | EN=112,00 ZS= 5,60 TZS= 0,00 FH= 6,00 SZH= 9,20 CK= 0,00 SÓ= 0,26 KA=240,00 |
| * Allergén | Laktózmentes kockasajt (T | Pick sertés párizsi (b) S | Pannónia sajtszelet (b) T | Csirke mell sonka Efef (b) T |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 63,60 ZS= 6,00 TZS= 4,00 FH= 2,40 SZH= 0,10 CK= 0,00 SÓ= 0,40 KA= 70,00 | EN= 41,40 ZS= 3,40 TZS= 1,40 FH= 2,40 SZH= 0,28 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 72,40 ZS= 5,60 TZS= 3,80 FH= 5,40 SZH= 0,10 CK= 0,00 SÓ= 0,16 KA= 0,00 |
| * Allergén | Német zsemle (b) G | Vénusz margarin (b) G | Vénusz margarin (b) G | Vénusz margarin (b) G |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,69 SZH=20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,40 KA= 0,00 | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,28 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,28 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 |
| * Allergén | Kaliforniai paprika (b) G | Rozsos baguette (b) G | Német zsemle (b) G | Búzakenyér (b) G |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,28 SZH= 1,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,80 | EN=104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,12 SZH=20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,69 SZH=20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| * Allergén | | Kigyóúborborka (b) G | Paradicsom (b) G | Zöldpaprika (b) G |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 0,26 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70 | EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,02 SZH= 0,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,80 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 281,0 / 1175,5 | 286,6 / 1199,1 | 315,4 / 1319,4 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 12,33 | 13,06 | 14,93 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 4,14 | 2,35 | 4,89 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 11,37 | 11,67 | 14,11 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 30,42 | 29,97 | 29,42 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,66 | 0,28 | 0,43 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 312,80 | 242,70 | 241,80 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 742,1 / 3105,9 | 1080,4 / 4521,3 | 839,9 / 3512,0 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 20,27 | 41,60 | 31,47 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 5,26 | 8,92 | 9,26 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 28,08 | 46,42 | 39,68 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 101,87 | 122,51 | 90,73 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 8,50 | 5,00 | 5,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 1,70 | 0,88 | 1,99 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 394,15 | 754,58 | 285,07 |

Budaörs Százsorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.05.11)

Étlap 2026.05.25 - 2026.05.31

(Tejfehérje mentes)

Menü: 0011 D-Tejmentes

Korcsoport: Gyermek 1 - 3 éves

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

(*) C=Csilagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermek É=Mest.édesítő F=Földimogyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfidok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezámag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Reggeli

** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Gyümölcs tea (b)
EN= 27,79 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,11 | SZH= 5,62 | CK= 5,00
SÓ= 0,00 | KA= 3,78

Gyümölcs tea (b)
EN= 27,79 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,11 | SZH= 5,62 | CK= 5,00
SÓ= 0,00 | KA= 3,78

Gyümölcs tea (b)
EN= 27,79 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,11 | SZH= 5,62 | CK= 5,00
SÓ= 0,00 | KA= 3,78

Gyümölcs tea (b)
EN= 27,79 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,11 | SZH= 5,62 | CK= 5,00
SÓ= 0,00 | KA= 3,78

* Allergén

** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Csurgatott méz (b)
EN= 16,50 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 4,05 | CK= 3,50
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Tepsis bundás kenyér (d)
G, E
EN= 142,30 | ZS= 3,94 | TZS= 0,14
FH= 7,72 | SZH= 18,73 | CK= 0,00
SÓ= 0,49 | KA= 8,37

Lazackrém (b)
H, M
EN= 60,13 | ZS= 5,60 | TZS= 1,28
FH= 1,55 | SZH= 0,77 | CK= 0,00
SÓ= 0,04 | KA= 0,00

Sült paprikakrém (b)
EN= 10,85 | ZS= 0,05 | TZS= 0,00
FH= 0,45 | SZH= 2,07 | CK= 0,00
SÓ= 0,20 | KA= 5,65

* Allergén

** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Vénusz margarin (b)
EN= 27,00 | ZS= 3,00 | TZS= 0,95
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,02 | KA= 0,00

Koktélparadicsom (b)
EN= 4,60 | ZS= 0,04 | TZS= 0,00
FH= 0,20 | SZH= 0,80 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Búzakenyér (b)
G
EN= 96,40 | ZS= 0,56 | TZS= 0,14
FH= 4,32 | SZH= 17,92 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Rozsos baguette (b)
G
EN= 104,40 | ZS= 1,04 | TZS= 0,00
FH= 3,12 | SZH= 20,24 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

* Allergén

** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Búzakenyér (b)
G
EN= 96,40 | ZS= 0,56 | TZS= 0,14
FH= 4,32 | SZH= 17,92 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Vajretek (b)
EN= 3,00 | ZS= 0,02 | TZS= 0,00
FH= 0,24 | SZH= 0,24 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Vajretek (b)
EN= 3,00 | ZS= 0,02 | TZS= 0,00
FH= 0,24 | SZH= 0,24 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Kigyóuborka (b)
EN= 1,80 | ZS= 0,02 | TZS= 0,00
FH= 0,24 | SZH= 0,24 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 2,70

Energia (KC/KJ): 0,0 / 0,0
Zsír (gr): 0,00
Telített zsírsav (gr): 0,00
Fehérje (gr): 0,00
Szénhidrát (gr): 0,00
Cukor (gr): 0,00
össz.Só (gr): 0,00
Kalcium (Mgr): 0,00

167,7 / 702,0
3,56
1,09
4,43
27,59
8,50
0,02
3,78

174,7 / 731,3
3,98
0,14
8,03
25,16
5,00
0,49
12,15

187,3 / 780,1
6,18
1,42
6,22
24,55
5,00
0,04
3,78

144,8 / 606,5
1,10
0,00
3,83
28,18
5,00
0,20
12,13

Tízórai

** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Szőlőlé (b)
EN= 61,50 | ZS= 0,75 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 14,85 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Almás rizstejtermék (d)
EN= 108,45 | ZS= 1,58 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 23,10 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 182,48

Ananászlé 100% (b)
EN= 69,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 16,05 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Málnás-banános rizstejtermék
EN= 151,38 | ZS= 1,46 | TZS= 0,00
FH= 0,83 | SZH= 32,36 | CK= 6,00
SÓ= 0,00 | KA= 183,55

Energia (KC/KJ): 0,0 / 0,0
Zsír (gr): 0,00
Telített zsírsav (gr): 0,00
Fehérje (gr): 0,00
Szénhidrát (gr): 0,00
Cukor (gr): 0,00
össz.Só (gr): 0,00
Kalcium (Mgr): 0,00

61,5 / 258,0
0,75
0,00
0,00
14,85
0,00
0,00
0,00

108,5 / 454,4
1,58
0,00
0,45
23,10
0,00
0,00
182,48

69,0 / 289,5
0,00
0,00
0,00
16,05
0,00
0,00
0,00

151,4 / 634,0
1,46
0,00
0,83
32,36
6,00
0,00
183,55

Ebéd

* Allergén

** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Majorannás májfelfűjt (b)
G, É
EN= 94,21 | ZS= 2,41 | TZS= 0,03
FH= 9,74 | SZH= 8,41 | CK= 0,00
SÓ= 0,49 | KA= 27,55

Tavaszi rizseshús (b)
EN= 271,49 | ZS= 9,92 | TZS= 0,03
FH= 13,92 | SZH= 29,31 | CK= 0,00
SÓ= 0,12 | KA= 55,34

Csirke apróhús (b)
EN= 94,48 | ZS= 3,48 | TZS= 0,00
FH= 12,69 | SZH= 2,16 | CK= 0,00
SÓ= 0,49 | KA= 9,23

Bolognai rövidcső (d)
E, G
EN= 383,09 | ZS= 13,75 | TZS= 36,45
FH= 16,74 | SZH= 9,12 | CK= 0,00
SÓ= 0,50 | KA= 32,99

* Allergén

** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Harmónia főzelék (d)
G
EN= 97,65 | ZS= 0,70 | TZS= 0,00
FH= 1,37 | SZH= 13,50 | CK= 0,00
SÓ= 0,49 | KA= 37,30

Csemege uborka főétel. (b)
M
EN= 6,00 | ZS= 0,04 | TZS= 0,00
FH= 0,24 | SZH= 1,04 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Brokkolifőzelék (d)
G
EN= 115,50 | ZS= 1,41 | TZS= 0,15
FH= 5,22 | SZH= 18,03 | CK= 0,00
SÓ= 1,03 | KA= 85,80

Banán (b)
EN= 57,65 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 13,29 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 60,39

* Allergén

** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Körte (b)
EN= 42,12 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,32 | SZH= 9,72 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 12,72

Banán (b)
EN= 57,65 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 13,29 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 60,39

Alma (b)
EN= 25,11 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,32 | SZH= 5,67 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 4,46

Banán (b)
EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Energia (KC/KJ): 0,0 / 0,0
Zsír (gr): 0,00
Telített zsírsav (gr): 0,00
Fehérje (gr): 0,00
Szénhidrát (gr): 0,00
Cukor (gr): 0,00
össz.Só (gr): 0,00
Kalcium (Mgr): 0,00

234,0 / 979,4
3,10
0,03
11,44
31,62
0,00
0,98
77,57

335,1 / 1402,9
9,96
0,03
14,16
43,64
0,00
0,12
115,73

235,1 / 984,6
4,89
0,15
18,24
25,86
0,00
1,52
99,49

440,7 / 1844,6
13,75
36,45
16,74
22,41
0,00
0,50
93,38

Uzsonna

** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Rizstej (d)
EN= 126,00 | ZS= 2,10 | TZS= 0,00
FH= 0,36 | SZH= 26,60 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 240,00

Rizstej (d)
EN= 126,00 | ZS= 2,10 | TZS= 0,00
FH= 0,36 | SZH= 26,60 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 240,00

Rizstej (d)
EN= 126,00 | ZS= 2,10 | TZS= 0,00
FH= 0,36 | SZH= 26,60 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 240,00

Rizstej (d)
EN= 126,00 | ZS= 2,10 | TZS= 0,00
FH= 0,36 | SZH= 26,60 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 240,00

* Allergén

** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Violife növényi sajtkrém (b)
EN= 76,80 | ZS= 6,80 | TZS= 0,95
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,02 | KA= 0,00

Pick sertés párizsi (b)
S
EN= 41,40 | ZS= 3,40 | TZS= 1,40
FH= 2,40 | SZH= 0,28 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Violife növényi sajt szelet
EN= 49,80 | ZS= 3,80 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 3,80 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Csirkemell sonka Efez (b)
EN= 15,75 | ZS= 0,42 | TZS= 0,00
FH= 2,85 | SZH= 0,14 | CK= 0,00
SÓ= 0,33 | KA= 0,00

* Allergén

** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Német zsemle (b)
G
EN= 99,40 | ZS= 0,69 | TZS= 0,14
FH= 2,69 | SZH= 20,04 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Vénusz margarin (b)
EN= 27,00 | ZS= 3,00 | TZS= 0,95
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,02 | KA= 0,00

Vénusz margarin (b)
EN= 27,00 | ZS= 3,00 | TZS= 0,95
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,02 | KA= 0,00

Vénusz margarin (b)
EN= 27,00 | ZS= 3,00 | TZS= 0,95
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,02 | KA= 0,00

Budaörs Százsorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.05.11)

Étlap 2026.05.25 - 2026.05.31

(Tejfehérje mentes)

Menü: 0011 D-Tejmentes

Korcsopor: Gyermek 1 - 3 éves

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimohyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfidok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezámag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

| | Kaliforniai paprika (b) | Rozsos baguette (b) | Német zsemle (b) | Búzakenyér (b) | |
|---------------------------------|---|--|--|---|-----------------|
| * Allergén | | G | G | G | |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,12 SZH= 20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,69 SZH= 20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | Kigyóúborbka (b) EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 0,26 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70 | Paradicsom (b) EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,02 SZH= 0,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,80 | Zöldpaprika (b) EN= 2,00 ZS= 0,03 TZS= 0,00 FH= 0,12 SZH= 0,30 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,40 | |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 308,2 / 1290,7 | 300,6 / 1259,1 | 306,8 / 1284,8 | 267,2 / 1119,0 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 9,63 | 9,56 | 9,63 | 6,11 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 1,09 | 2,35 | 1,09 | 1,09 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 3,33 | 6,03 | 3,07 | 7,65 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 51,52 | 47,38 | 50,52 | 44,96 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,02 | 0,02 | 0,02 | 0,35 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 242,80 | 242,70 | 241,80 | 241,40 |
| Napi összesített energia | | | | | |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 771,4 / 3230,1 | 918,9 / 3847,7 | 798,2 / 3339,0 | 1004,1 / 4204,1 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 17,04 | 25,07 | 20,70 | 22,43 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 2,21 | 2,52 | 2,66 | 37,54 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 19,19 | 28,67 | 27,53 | 29,04 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 125,58 | 139,27 | 116,98 | 127,90 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 8,50 | 5,00 | 5,00 | 11,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 1,01 | 0,62 | 1,57 | 1,04 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 324,15 | 553,05 | 345,07 | 530,47 |

Budaörs Százszorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.05.11)

Étlap 2026.05.25 - 2026.05.31

(Diétás)

Menü: 0013 Sertéshúsmentes

Korcsopor: Gyermek 1 - 3 éves

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimohyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfidok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezámag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Reggeli

| | Gyümölcs tea (b) | Gyümölcs tea (b) | Gyümölcs tea (b) | Gyümölcs tea (b) |
|------------------------|---|---|---|---|
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78 | EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78 | EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78 |
| * Allergén | | | | |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 16,50 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 4,05 CK= 3,50 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 253,70 ZS= 13,34 TZS= 6,24 FH= 13,32 SZH= 19,53 CK= 0,00 SÓ= 0,91 KA= 34,37 | EN= 60,13 ZS= 5,60 TZS= 1,28 FH= 1,55 SZH= 0,77 CK= 0,00 SÓ= 0,04 KA= 0,00 |
| * Allergén | | | | |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 | EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,20 SZH= 0,80 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| * Allergén | | | | |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 3,00 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,24 SZH= 0,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 167,7 / 702,0 | 286,1 / 1205,2 | 187,3 / 780,1 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 3,56 | 13,38 | 6,18 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 1,09 | 6,24 | 1,42 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 4,43 | 13,63 | 6,22 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 27,59 | 25,96 | 24,55 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 8,50 | 5,00 | 5,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,02 | 0,91 | 0,04 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 3,78 | 38,15 | 3,78 |

Tízórai

| | Szőlőlé (b) | Actimel (b) | Ananászlé 100% (b) | Málnás-banános tejturmix |
|------------------------|---|---|---|--|
| ** Tápanyag: | EN= 61,50 ZS= 0,75 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 14,85 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 76,00 ZS= 1,50 TZS= 0,00 FH= 2,80 SZH= 12,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 120,00 | EN= 69,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 16,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 142,63 ZS= 3,65 TZS= 0,00 FH= 4,35 SZH= 21,61 CK= 6,00 SÓ= 0,00 KA= 183,55 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 61,5 / 258,0 | 69,0 / 289,5 | 142,6 / 596,5 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 0,75 | 0,00 | 3,65 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 4,35 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 14,85 | 16,05 | 21,61 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 0,00 | 120,00 | 183,55 |

Ébéd

| | Majorannás májfűjt (b) | Rizseshús csmell (b) | Csirke apróhús (b) | Bolognai rövidcső, pmell (b) |
|------------------------|--|--|---|--|
| ** Tápanyag: | EN= 94,21 ZS= 2,41 TZS= 0,03 FH= 9,74 SZH= 8,41 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 27,55 | EN= 298,42 ZS= 5,68 TZS= 0,00 FH= 16,94 SZH= 41,95 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 43,79 | EN= 94,48 ZS= 3,48 TZS= 0,00 FH= 12,69 SZH= 2,16 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 9,23 | EN= 389,69 ZS= 14,48 TZS= 36,45 FH= 20,46 SZH= 5,49 CK= 0,00 SÓ= 0,65 KA= 122,94 |
| * Allergén | | | | |
| ** Tápanyag: | EN= 95,55 ZS= 1,22 TZS= 0,00 FH= 2,22 SZH= 10,92 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 37,30 | EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,24 SZH= 1,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 105,02 ZS= 2,29 TZS= 0,82 FH= 5,29 SZH= 13,72 CK= 0,00 SÓ= 1,03 KA= 49,80 | EN= 57,65 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 13,29 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 60,39 |
| * Allergén | | | | |
| ** Tápanyag: | EN= 42,12 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 9,72 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,72 | EN= 57,65 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 13,29 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 60,39 | EN= 25,11 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 5,67 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 4,46 | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 231,9 / 970,4 | 362,1 / 1515,7 | 224,6 / 940,1 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 3,63 | 5,72 | 5,77 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,82 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 12,28 | 17,18 | 18,31 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 29,04 | 56,27 | 21,55 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,98 | 0,98 | 1,52 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 77,57 | 104,18 | 63,49 |

Budaörs Százsorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.05.11)

Étlap 2026.05.25 - 2026.05.31

(Diétás)

Menü: 0013 Sertéshúsmentes

Korcsopor: Gyermek 1 - 3 éves

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimohyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfidok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezám-mag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Uzsonna

| | Tej (b) | Tej (b) | Tej (b) | Tej (b) |
|------------------------|--|--|--|--|
| * Allergén | T | T | T | T |
| ** Tápanyag: | EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00 | EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00 | EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00 | EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00 |
| * Allergén | Magyaros vajkrém (b) | Csirke mell sonka Efe (b) | Gouda sajt szelet (b) | Sága Selyemsonka (b) |
| ** Tápanyag: | EN= 53,00 ZS= 5,00 TZS= 0,00 FH= 2,69 SZH= 20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 15,75 ZS= 0,42 TZS= 0,00 FH= 2,85 SZH= 0,14 CK= 0,00 SÓ= 0,33 KA= 0,00 | EN= 70,00 ZS= 5,40 TZS= 3,30 FH= 5,10 SZH= 0,04 CK= 0,00 SÓ= 0,40 KA= 0,00 | EN= 24,60 ZS= 1,00 TZS= 0,00 FH= 3,00 SZH= 0,76 CK= 0,00 SÓ= 0,54 KA= 0,00 |
| * Allergén | Német zsemle (b) | Vénusz margarin (b) | Vénusz margarin (b) | Vénusz margarin (b) |
| ** Tápanyag: | EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,69 SZH= 20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 |
| * Allergén | Kaliforniai paprika (b) | Rozsos baguette (b) | Német zsemle (b) | Kiskifli (b) |
| ** Tápanyag: | EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,28 SZH= 1,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,80 | EN= 104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,12 SZH= 20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,69 SZH= 20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 77,75 ZS= 0,54 TZS= 0,11 FH= 2,27 SZH= 15,58 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| * Allergén | | Kigyóúbor (b) | Paradicsom (b) | Zöldpaprika (b) |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 0,26 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70 | EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,02 SZH= 0,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,80 | EN= 2,00 ZS= 0,03 TZS= 0,00 FH= 0,12 SZH= 0,30 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,40 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 242,4 / 1014,1 | 233,0 / 974,7 | 285,0 / 1192,4 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 9,93 | 8,68 | 13,33 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 0,14 | 0,95 | 4,39 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 8,03 | 10,62 | 12,31 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 29,33 | 27,68 | 27,21 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,35 | 0,42 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 182,80 | 182,70 | 181,80 |

Napi összesített energia

| | | | | | |
|------------------------|-----------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 703,5 / 2944,5 | 957,1 / 4013,5 | 765,9 / 3202,1 | 950,1 / 3976,4 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 17,87 | 29,27 | 25,28 | 28,00 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 1,26 | 7,19 | 6,63 | 37,51 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 24,74 | 44,23 | 36,84 | 38,53 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 100,81 | 121,91 | 89,36 | 92,25 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 8,50 | 5,00 | 5,00 | 11,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 1,00 | 2,24 | 1,98 | 1,40 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 264,15 | 445,03 | 249,07 | 560,41 |

Budaörs Százszorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.05.11)

Étlap 2026.05.25 - 2026.05.31

(Tej tojásmentes)

Menü: 0015 D-Tej, tojás mentes

Korcsoport: Gyermek 1 - 3 éves

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimogyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfidok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezámag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Reggeli

** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Gyümölcs tea (b)
EN= 27,79 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,11 | SZH= 5,62 | CK= 5,00
SÓ= 0,00 | KA= 3,78

Gyümölcs tea (b)
EN= 27,79 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,11 | SZH= 5,62 | CK= 5,00
SÓ= 0,00 | KA= 3,78

Gyümölcs tea (b)
EN= 27,79 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,11 | SZH= 5,62 | CK= 5,00
SÓ= 0,00 | KA= 3,78

Gyümölcs tea (b)
EN= 27,79 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,11 | SZH= 5,62 | CK= 5,00
SÓ= 0,00 | KA= 3,78

* Allergén
** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Csurgatott méz (b)
EN= 16,50 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 4,05 | CK= 3,50
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Violife növényi sajtkrém (b)
EN= 76,80 | ZS= 6,80 | TZS= 0,95
FH= 0,00 | SZH= 3,80 | CK= 0,00
SÓ= 0,02 | KA= 0,00

Lazakrém (b)
H, M
EN= 60,13 | ZS= 5,60 | TZS= 1,28
FH= 1,55 | SZH= 0,77 | CK= 0,00
SÓ= 0,04 | KA= 0,00

Sült paprikakrém (b)
EN= 10,85 | ZS= 0,05 | TZS= 0,00
FH= 0,45 | SZH= 2,07 | CK= 0,00
SÓ= 0,20 | KA= 5,65

* Allergén
** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Vénusz margarin (b)
EN= 27,00 | ZS= 3,00 | TZS= 0,95
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,02 | KA= 0,00

Búzakenyér (b)
G
EN= 96,40 | ZS= 0,56 | TZS= 0,14
FH= 4,32 | SZH= 17,92 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Búzakenyér (b)
G
EN= 96,40 | ZS= 0,56 | TZS= 0,14
FH= 4,32 | SZH= 17,92 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Rozsos baguette (b)
G
EN= 104,40 | ZS= 1,04 | TZS= 0,00
FH= 3,12 | SZH= 20,24 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

* Allergén
** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Búzakenyér (b)
G
EN= 96,40 | ZS= 0,56 | TZS= 0,14
FH= 4,32 | SZH= 17,92 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Koktélparadicsom (b)
EN= 4,60 | ZS= 0,04 | TZS= 0,00
FH= 0,20 | SZH= 0,80 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Vajretek (b)
EN= 3,00 | ZS= 0,02 | TZS= 0,00
FH= 0,24 | SZH= 0,24 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Kigyóuborka (b)
EN= 1,80 | ZS= 0,02 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,26 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 2,70

Energia (KC/KJ): 0,0 / 0,0
Zsír (gr): 0,00
Telített zsírsav (gr): 0,00
Fehérje (gr): 0,00
Szénhidrát (gr): 0,00
Cukor (gr): 0,00
össz.Só (gr): 0,00
Kalcium (Mgr): 0,00

167,7 / 702,0
3,56
1,09
4,43
27,59
8,50
0,02
3,78

205,6 / 860,5
7,40
1,09
4,63
28,14
5,00
0,02
3,78

187,3 / 780,1
6,18
1,42
6,22
24,55
5,00
0,04
3,78

144,8 / 606,5
1,10
0,00
3,83
28,18
5,00
0,20
12,13

Tízórai

** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Szőlőlé (b)
EN= 61,50 | ZS= 0,75 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 14,85 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Almás rizstejtermék (d)
EN= 108,45 | ZS= 1,58 | TZS= 0,00
FH= 0,45 | SZH= 23,10 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 182,48

Ananászlé 100% (b)
EN= 69,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 16,05 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Málnás-banános rizstejtermék (d)
EN= 151,38 | ZS= 1,46 | TZS= 0,00
FH= 0,83 | SZH= 32,36 | CK= 6,00
SÓ= 0,00 | KA= 183,55

Energia (KC/KJ): 0,0 / 0,0
Zsír (gr): 0,00
Telített zsírsav (gr): 0,00
Fehérje (gr): 0,00
Szénhidrát (gr): 0,00
Cukor (gr): 0,00
össz.Só (gr): 0,00
Kalcium (Mgr): 0,00

61,5 / 258,0
0,75
0,00
0,00
14,85
0,00
0,00
0,00

108,5 / 454,4
1,58
0,00
0,45
23,10
0,00
0,00
182,48

69,0 / 289,5
0,00
0,00
0,00
16,05
0,00
0,00
0,00

151,4 / 634,0
1,46
0,00
0,83
32,36
6,00
0,00
183,55

Ebéd

* Allergén
** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Majorannás májfelfűjt (d)
G
EN= 87,61 | ZS= 1,93 | TZS= 0,03
FH= 9,10 | SZH= 8,38 | CK= 0,00
SÓ= 0,49 | KA= 25,95

Tavaszi rizsesshús (b)
EN= 271,49 | ZS= 9,92 | TZS= 0,03
FH= 13,92 | SZH= 29,31 | CK= 0,00
SÓ= 0,12 | KA= 55,34

Csirke apróhús (b)
EN= 94,48 | ZS= 3,48 | TZS= 0,00
FH= 12,69 | SZH= 2,16 | CK= 0,00
SÓ= 0,49 | KA= 9,23

Bolonyai ragu (d)
EN= 212,06 | ZS= 12,19 | TZS= 0,00
FH= 10,28 | SZH= 13,71 | CK= 0,00
SÓ= 0,98 | KA= 24,34

* Allergén
** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Harmónia főzelék (d)
G
EN= 97,65 | ZS= 0,70 | TZS= 0,00
FH= 1,37 | SZH= 13,50 | CK= 0,00
SÓ= 0,49 | KA= 37,30

Csemege uborka főétel (b)
G
EN= 6,00 | ZS= 0,04 | TZS= 0,00
FH= 0,24 | SZH= 1,04 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Brokkolifőzelék (d)
G
EN= 115,50 | ZS= 1,41 | TZS= 0,15
FH= 5,22 | SZH= 18,03 | CK= 0,00
SÓ= 1,03 | KA= 85,80

Durum tészta köret (d)
G
EN= 152,48 | ZS= 1,58 | TZS= 0,00
FH= 4,80 | SZH= 29,20 | CK= 0,00
SÓ= 0,99 | KA= 0,00

* Allergén
** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Körte (b)
EN= 42,12 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,32 | SZH= 9,72 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 12,72

Banán (b)
EN= 57,65 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 13,29 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 60,39

Alma (b)
EN= 25,11 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,32 | SZH= 5,67 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 4,46

Banán (b)
EN= 57,65 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 13,29 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 60,39

Energia (KC/KJ): 0,0 / 0,0
Zsír (gr): 0,00
Telített zsírsav (gr): 0,00
Fehérje (gr): 0,00
Szénhidrát (gr): 0,00
Cukor (gr): 0,00
össz.Só (gr): 0,00
Kalcium (Mgr): 0,00

227,4 / 951,7
2,62
0,03
10,79
31,60
0,00
0,98
75,97

335,1 / 1402,9
9,96
0,03
14,16
43,64
0,00
0,12
115,73

235,1 / 984,6
4,89
0,15
18,24
25,86
0,00
1,52
99,49

422,2 / 1767,2
13,77
0,00
15,08
56,20
0,00
1,98
84,73

Uzsonna

** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Rizstej (d)
EN= 126,00 | ZS= 2,10 | TZS= 0,00
FH= 0,36 | SZH= 26,60 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 240,00

Rizstej (d)
EN= 126,00 | ZS= 2,10 | TZS= 0,00
FH= 0,36 | SZH= 26,60 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 240,00

Rizstej (d)
EN= 126,00 | ZS= 2,10 | TZS= 0,00
FH= 0,36 | SZH= 26,60 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 240,00

Rizstej (d)
EN= 126,00 | ZS= 2,10 | TZS= 0,00
FH= 0,36 | SZH= 26,60 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 240,00

* Allergén
** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Violife növényi sajtkrém (b)
EN= 76,80 | ZS= 6,80 | TZS= 0,95
FH= 0,00 | SZH= 3,80 | CK= 0,00
SÓ= 0,02 | KA= 0,00

Pick sertés párizsi (b)
S
EN= 41,40 | ZS= 3,40 | TZS= 1,40
FH= 2,40 | SZH= 0,28 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Violife növényi sajt szelet
EN= 49,80 | ZS= 3,80 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 3,80 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Csirkemell sonka Efef (b)
EN= 15,75 | ZS= 0,42 | TZS= 0,00
FH= 2,85 | SZH= 0,14 | CK= 0,00
SÓ= 0,33 | KA= 0,00

* Allergén
** Tápanyag: EN= 0,00 | ZS= 0,00 | TZS= 0,00
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Német zsemle (b)
G
EN= 99,40 | ZS= 0,69 | TZS= 0,14
FH= 2,69 | SZH= 20,04 | CK= 0,00
SÓ= 0,00 | KA= 0,00

Vénusz margarin (b)
EN= 27,00 | ZS= 3,00 | TZS= 0,95
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,02 | KA= 0,00

Vénusz margarin (b)
EN= 27,00 | ZS= 3,00 | TZS= 0,95
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,02 | KA= 0,00

Vénusz margarin (b)
EN= 27,00 | ZS= 3,00 | TZS= 0,95
FH= 0,00 | SZH= 0,00 | CK= 0,00
SÓ= 0,02 | KA= 0,00

Budaörs Százsorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.05.11)

Étlap 2026.05.25 - 2026.05.31

(Tej tojásmentes)

Menü: 0015 D-Tej, tojás mentes

Korcsopor: Gyermek 1 - 3 éves

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimohyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfidok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezámag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

| | Kaliforniai paprika (b) | Rozsos baguette (b) | Német zsemle (b) | Búzakenyér (b) | |
|---------------------------------|---|--|--|---|----------------|
| * Allergén | | G | G | G | |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,12 SZH= 20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,69 SZH= 20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | Kigyóúborbka (b) EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 0,26 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70 | Paradicsom (b) EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,02 SZH= 0,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,80 | Zöldpaprika (b) EN= 2,00 ZS= 0,03 TZS= 0,00 FH= 0,12 SZH= 0,30 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,40 | |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 308,2 / 1290,7 | 300,6 / 1259,1 | 306,8 / 1284,8 | 267,2 / 1119,0 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 9,63 | 9,56 | 9,63 | 6,11 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 1,09 | 2,35 | 1,09 | 1,09 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 3,33 | 6,03 | 3,07 | 7,65 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 51,52 | 47,38 | 50,52 | 44,96 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,02 | 0,02 | 0,02 | 0,35 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 242,80 | 242,70 | 241,80 | 241,40 |
| Napi összesített energia | | | | | |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 764,8 / 3202,4 | 949,8 / 3977,0 | 798,2 / 3339,0 | 985,5 / 4126,7 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 16,56 | 28,49 | 20,70 | 22,45 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 2,21 | 3,47 | 2,66 | 1,09 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 18,55 | 25,27 | 27,53 | 27,38 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 125,56 | 142,26 | 116,98 | 161,69 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 8,50 | 5,00 | 5,00 | 11,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 1,01 | 0,15 | 1,57 | 2,52 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 322,55 | 544,68 | 345,07 | 521,81 |

Budaörs Százszorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.05.11)

Étlap 2026.05.25 - 2026.05.31

(Paradicsommentes)

Menü: 0019 Paradicsommentes

Korcsopor: Gyermek 1 - 3 éves

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermek É=Mest.édesítő F=Földimohyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfidok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezámag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Reggeli

| | Gyümölcs tea (b) | Gyümölcs tea (b) | Gyümölcs tea (b) | Gyümölcs tea (b) |
|------------------------|---|---|---|---|
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78 | EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78 | EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78 |
| * Allergén | | | | |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 16,50 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 4,05 CK= 3,50 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN=253,70 ZS=13,34 TZS= 6,24 FH=13,32 SZH=19,53 CK= 0,00 SÓ= 0,91 KA= 34,37 | EN= 60,13 ZS= 5,60 TZS= 1,28 FH= 1,55 SZH= 0,77 CK= 0,00 SÓ= 0,04 KA= 0,00 |
| * Allergén | | | | |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 | EN= 2,00 ZS= 0,03 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,30 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,40 | EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| * Allergén | | | | |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 3,00 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,24 SZH= 0,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 167,7 / 702,0 | 283,5 / 1194,3 | 187,3 / 780,1 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 3,56 | 13,37 | 6,18 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 1,09 | 6,24 | 1,42 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 4,43 | 13,55 | 6,22 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 27,59 | 25,46 | 24,55 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 8,50 | 5,00 | 5,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,02 | 0,91 | 0,04 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 3,78 | 39,55 | 3,78 |

Tízórai

| | Szőlőlé (b) | Actimel (b) | Ananászlé 100% (b) | Málnás-banános tejturmix |
|------------------------|---|---|---|---|
| ** Tápanyag: | EN= 61,50 ZS= 0,75 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 14,85 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 76,00 ZS= 1,50 TZS= 0,00 FH= 2,80 SZH= 12,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 120,00 | EN= 69,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 16,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN=142,63 ZS= 3,65 TZS= 0,00 FH= 4,35 SZH= 21,61 CK= 6,00 SÓ= 0,00 KA= 183,55 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 61,5 / 258,0 | 69,0 / 289,5 | 142,6 / 596,5 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 0,75 | 0,00 | 3,65 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 4,35 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 14,85 | 12,00 | 21,61 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 0,00 | 120,00 | 183,55 |

Ébéd

| | Majorannás májfűjt (b) | Tavaszi rizseshús (b) | Csirke apróhús (b) | Sertés apróhús (b) |
|------------------------|--|--|--|--|
| ** Tápanyag: | EN= 94,21 ZS= 2,41 TZS= 0,03 FH= 9,74 SZH= 8,41 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 27,55 | EN=271,49 ZS= 9,92 TZS= 0,03 FH=13,92 SZH=29,31 CK= 0,00 SÓ= 0,12 KA= 55,34 | EN= 94,48 ZS= 3,48 TZS= 0,00 FH=12,69 SZH= 2,16 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 9,23 | EN=154,37 ZS= 9,69 TZS= 0,00 FH=12,74 SZH= 2,73 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 16,07 |
| * Allergén | | | | |
| ** Tápanyag: | EN= 95,55 ZS= 1,22 TZS= 0,00 FH= 2,22 SZH= 10,92 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 37,30 | EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,24 SZH= 1,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN=105,02 ZS= 2,29 TZS= 0,82 FH= 5,29 SZH= 13,72 CK= 0,00 SÓ= 1,03 KA= 49,80 | EN=141,84 ZS= 1,68 TZS= 25,52 FH= 5,25 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 8,40 |
| * Allergén | | | | |
| ** Tápanyag: | EN= 42,12 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 9,72 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,72 | EN= 57,65 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 13,29 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 60,39 | EN= 25,11 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 5,67 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 4,46 | EN= 57,65 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 13,29 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 60,39 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 231,9 / 970,4 | 335,1 / 1402,9 | 224,6 / 940,1 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 3,63 | 9,96 | 5,77 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 0,03 | 0,03 | 0,82 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 12,28 | 14,16 | 18,31 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 29,04 | 43,64 | 21,55 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,98 | 0,12 | 1,52 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 77,57 | 115,73 | 63,49 |

Budaörs Százszorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.05.11)

Étlap 2026.05.25 - 2026.05.31

(Paradicsommentes)

Menü: 0019 Paradicsommentes

Korcsopor: Gyermek 1 - 3 éves

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimohyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfidok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezám-mag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Uzsonna

| | Tej (b) | Tej (b) | Tej (b) | Tej (b) |
|---------------------------------|---|--|--|--|
| * Allergén | T | T | T | T |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00 | EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00 | EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00 |
| * Allergén | Magyaros vajkrém (b) | Pick sertés párizsi (b) | Gouda sajt szelet (b) | Sága Selyemsonka (b) |
| ** Tápanyag: | EN= 53,00 ZS= 5,00 TZS= 0,00 FH= 0,56 SZH= 1,16 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 41,40 ZS= 3,40 TZS= 1,40 FH= 2,40 SZH= 0,28 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 70,00 ZS= 5,40 TZS= 3,30 FH= 5,10 SZH= 0,04 CK= 0,00 SÓ= 0,40 KA= 0,00 | EN= 24,60 ZS= 1,00 TZS= 0,00 FH= 3,00 SZH= 0,76 CK= 0,00 SÓ= 0,54 KA= 0,00 |
| * Allergén | Német zsemle (b) | Vénusz margarin (b) | Vénusz margarin (b) | Vénusz margarin (b) |
| ** Tápanyag: | EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,69 SZH= 20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 |
| * Allergén | Kaliforniai paprika (b) | Rozsos baguette (b) | Német zsemle (b) | Kiskifli (b) |
| ** Tápanyag: | EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,28 SZH= 1,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,80 | EN= 104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,12 SZH= 20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,69 SZH= 20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 77,75 ZS= 0,54 TZS= 0,11 FH= 2,27 SZH= 15,58 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 0,26 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70 | EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,28 SZH= 1,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,80 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 242,4 / 1014,1 | 258,6 / 1082,1 | 286,4 / 1198,3 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 9,93 | 11,66 | 13,33 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 0,14 | 2,35 | 4,39 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 8,03 | 10,17 | 12,57 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 29,33 | 27,83 | 28,21 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,42 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 182,80 | 182,70 | 182,80 |
| Napi összesített energia | | | | |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 703,5 / 2944,5 | 953,2 / 3997,3 | 767,3 / 3208,0 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 17,87 | 36,49 | 25,28 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 1,26 | 8,62 | 6,63 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 24,74 | 40,68 | 37,10 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 100,81 | 108,92 | 90,36 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 8,50 | 5,00 | 5,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 1,00 | 1,04 | 1,98 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 264,15 | 457,98 | 250,07 |

Budaörs Százsorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.05.11)

Étlap 2026.05.25 - 2026.05.31

(Laktóz és tojásment.)

Menü: 0021 Laktóz és tojásmentes

Korcsopor: Gyermek 1 - 3 éves

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimogyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfidok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezámag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Reggeli

| | Gyümölcs tea (b) | Gyümölcs tea (b) | Gyümölcs tea (b) | Gyümölcs tea (b) |
|------------------------|---|---|---|--|
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78 | EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78 | EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78 |
| * Allergén | Csurgatott méz (b) | Laktózmentes sajtkrém (l) | Lazackrém (b) | Sült paprikakrém (b) |
| ** Tápanyag: | EN= 16,50 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 4,05 CK= 3,50 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 94,20 ZS= 8,20 TZS= 0,95 FH= 4,80 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 144,00 | EN= 60,13 ZS= 5,60 TZS= 1,28 FH= 1,55 SZH= 0,77 CK= 0,00 SÓ= 0,04 KA= 0,00 | EN= 10,85 ZS= 0,05 TZS= 0,00 FH= 3,15 SZH= 2,07 CK= 0,00 SÓ= 0,20 KA= 5,65 |
| * Allergén | Vénusz margarin (b) | Búzakenyér (b) | Búzakenyér (b) | Rozsos baguette (b) |
| ** Tápanyag: | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 4,05 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 | EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,15 SZH= 20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| * Allergén | Búzakenyér (b) | Koktélparadicsom (b) | Vajretek (b) | Kigyóuborka (b) |
| ** Tápanyag: | EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,20 SZH= 0,80 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 3,00 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,24 SZH= 0,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,24 SZH= 0,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 167,7 / 702,0 | 223,0 / 933,3 | 187,3 / 780,1 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 3,56 | 8,80 | 6,18 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 1,09 | 1,09 | 1,42 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 4,43 | 9,43 | 6,22 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 27,59 | 24,64 | 24,55 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 8,50 | 5,00 | 5,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,02 | 0,02 | 0,04 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 3,78 | 147,78 | 3,78 |

Tízórai

| | Szőlőlé (b) | Laktózmentes gyümölcs j | Ananászlé 100% (b) | Málnás-banános tejturmix |
|------------------------|---|--|---|--|
| ** Tápanyag: | EN= 61,50 ZS= 0,75 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 14,85 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 176,00 ZS= 5,40 TZS= 3,60 FH= 7,20 SZH= 22,80 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 240,00 | EN= 69,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 16,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 142,63 ZS= 3,65 TZS= 0,00 FH= 4,35 SZH= 21,48 CK= 6,00 SÓ= 0,16 KA= 183,55 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 61,5 / 258,0 | 176,0 / 736,0 | 69,0 / 289,5 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 0,75 | 5,40 | 0,00 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 0,00 | 3,60 | 0,00 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 0,00 | 7,20 | 0,00 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 14,85 | 22,80 | 16,05 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 0,00 | 240,00 | 0,00 |

Ébéd

| | Majorannás májfűjt (d) | Tavaszi rizseshús (b) | Csirke apróhús (b) | Bolognai durum tészta (lto) |
|------------------------|--|--|---|--|
| ** Tápanyag: | EN= 87,61 ZS= 1,93 TZS= 0,03 FH= 9,10 SZH= 8,38 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 25,95 | EN= 271,49 ZS= 9,92 TZS= 0,03 FH= 13,92 SZH= 29,31 CK= 0,00 SÓ= 0,12 KA= 55,34 | EN= 94,48 ZS= 3,48 TZS= 0,00 FH= 12,69 SZH= 2,16 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 9,23 | EN= 346,89 ZS= 14,09 TZS= 0,12 FH= 19,84 SZH= 33,42 CK= 0,00 SÓ= 0,50 KA= 164,99 |
| * Allergén | Harmónia főzelék (l) | Csemege uborka főétk. (b) | Brokkolifőzelék (l) | Banán (b) |
| ** Tápanyag: | EN= 95,55 ZS= 1,22 TZS= 0,00 FH= 2,22 SZH= 10,89 CK= 0,00 SÓ= 0,53 KA= 37,30 | EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,24 SZH= 1,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 148,60 ZS= 6,88 TZS= 2,95 FH= 6,33 SZH= 12,88 CK= 0,00 SÓ= 1,03 KA= 25,80 | EN= 57,65 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 13,29 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 60,39 |
| ** Tápanyag: | Körte (b) | Banán (b) | Alma (b) | |
| ** Tápanyag: | EN= 42,12 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 9,72 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,72 | EN= 57,65 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 13,29 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 60,39 | EN= 25,11 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 5,67 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 4,46 | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 225,3 / 942,7 | 335,1 / 1402,9 | 268,2 / 1123,0 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 3,15 | 9,96 | 10,36 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 0,03 | 0,03 | 2,95 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 11,64 | 14,16 | 19,35 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 28,99 | 43,64 | 20,71 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 1,02 | 0,12 | 1,52 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 75,97 | 115,73 | 39,49 |

Budaörs Százsorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.05.11)

Étlap 2026.05.25 - 2026.05.31

(Laktóz és tojásment.)

Menü: 0021 Laktóz és tojásmentes

Korcsopor: Gyermek 1 - 3 éves

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimogyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfidok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezám-mag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Uzsonna

| | Laktózmentes tej (b) | Laktózmentes tej (b) | Laktózmentes tej (b) | Laktózmentes tej (b) |
|-------------------------------|---|---|---|---|
| * Allergén | T | T | T | T |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN=112,00 ZS= 5,60 TZS= 0,00 FH= 6,00 SZH= 9,20 CK= 0,00 SÓ= 0,26 KA=240,00 | EN=112,00 ZS= 5,60 TZS= 0,00 FH= 6,00 SZH= 9,20 CK= 0,00 SÓ= 0,26 KA=240,00 | EN=112,00 ZS= 5,60 TZS= 0,00 FH= 6,00 SZH= 9,20 CK= 0,00 SÓ= 0,26 KA=240,00 |
| * Allergén | Laktózmentes kockasajt (T | Pick sertés párizsi (S | Pannónia sajtszelet (T | Csirke mell sonka Efe (b) |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 63,60 ZS= 6,00 TZS= 4,00 FH= 2,40 SZH= 0,10 CK= 0,00 SÓ= 0,40 KA= 70,00 | EN= 41,40 ZS= 3,40 TZS= 1,40 FH= 2,40 SZH= 0,28 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 72,40 ZS= 5,60 TZS= 3,80 FH= 5,40 SZH= 0,10 CK= 0,00 SÓ= 0,16 KA= 0,00 |
| * Allergén | Német zsemle (G | Vénusz margarin (b) | Vénusz margarin (b) | Vénusz margarin (b) |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,69 SZH=20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,40 KA= 0,00 | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 | EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00 |
| * Allergén | Kaliforniai paprika (b) | Rozsos baguette (G | Német zsemle (G | Búzakenyér (G |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,28 SZH= 1,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,80 | EN=104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,12 SZH=20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,69 SZH=20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 |
| ** Tápanyag: | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00 | EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 0,26 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70 | EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,02 SZH= 0,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,80 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 281,0 / 1175,5 | 286,6 / 1199,1 | 315,4 / 1319,4 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 12,33 | 13,06 | 14,93 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 4,14 | 2,35 | 4,89 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 11,37 | 11,67 | 14,11 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 30,42 | 29,97 | 29,42 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 0,66 | 0,28 | 0,43 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 312,80 | 242,70 | 241,80 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 735,5 / 3078,2 | 1020,7 / 4271,3 | 839,9 / 3512,0 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 19,79 | 37,22 | 31,47 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 5,26 | 7,07 | 9,26 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 27,44 | 42,46 | 39,68 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 101,85 | 121,06 | 90,73 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 8,50 | 5,00 | 5,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 1,70 | 0,41 | 1,99 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 392,55 | 746,21 | 285,07 |
| Energia (KC/KJ): | 0,0 / 0,0 | 735,5 / 3078,2 | 1020,7 / 4271,3 | 839,9 / 3512,0 |
| Zsír (gr): | 0,00 | 19,79 | 37,22 | 31,47 |
| Telített zsírsav (gr): | 0,00 | 5,26 | 7,07 | 9,26 |
| Fehérje (gr): | 0,00 | 27,44 | 42,46 | 39,68 |
| Szénhidrát (gr): | 0,00 | 101,85 | 121,06 | 90,73 |
| Cukor (gr): | 0,00 | 8,50 | 5,00 | 5,00 |
| össz.Só (gr): | 0,00 | 1,70 | 0,41 | 1,99 |
| Kalcium (Mgr): | 0,00 | 392,55 | 746,21 | 285,07 |