

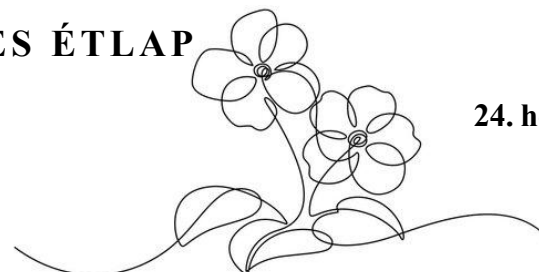
2026. Június 08. – Június 12.

PARADICSOMMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



24. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
<b>REGGELI</b>	Tej (2) Teavaj /Ammerland/ (2) Vajas kalács (1),(2),(3)					Tej (2) Kapros túrókrém (2) Német zsemle (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Padlizsánkrém (3),(6) Kiskifli (1),(2) Póréhagyma					Tej (2) Tonhalkrém (6),(8) /Rio Mare/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Vajretek					Tej (2) Lencsekrém (6) Búzakenyér (1) Póréhagyma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	297,80	16,40	2,78	8,30	28,26	221,80	6,98	0,84	10,02	28,81	242,40	11,95	2,02	7,60	25,63	284,30	14,09	0,95	10,62	28,00	211,00	4,93	0,14	10,07	29,42
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	0,00	0,00	182,50		(1), (2)	0,00	0,10	201,30		(1),(2),(3),(6)	0,00	0,07	188,45		(1),(2),(6),(8)	0,00	0,21	181,37		(1),(2),(6)	0,00	0,52	190,65	
<b>TÍZÓRAI</b>	Házi trópusi tejturmix (2)					Körtelék /Sió/					Házi málnás smoothie (2)					Almalé /HohesC 100%/					Actimel (2)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	104,10	4,20	0,00	4,50	12,05	58,50	0,00	0,00	0,00	13,50	136,10	4,35	0,00	5,10	17,78	69,00	0,15	0,00	0,15	16,95	76,00	1,50	0,00	2,80	12,00
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)	1,00	0,00	180,00		-	0,00	0,00	0,00		(2)	1,00	0,00	213,55		-	0,00	0,00	0,00		(2)	0,00	0,00	120,00	
<b>EBÉD</b>	Sajtropogós (1),(2),(3) Zöldborsófőzelék (1),(2) Banán					Magyaros kiskagyló (1),(3) Csemege uborka (6) Alma					Párolt csirkemell Sárgarépa-főzelék (1),(2) Görögdinnye					Tejszínes-póréhagymás pulykamell (1),(2) Párolt rizs Banán					Sertés apróhús Kínaikél főzelék (1) Görögdinnye				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	331,70	9,39	0,81	15,74	40,75	322,10	11,52	0,00	18,51	33,02	200,50	3,83	0,00	18,65	22,11	422,40	15,90	2,10	16,02	53,75	297,30	15,08	0,00	16,67	21,58
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	0,00	0,85	279,29		(1), (3), (6)	0,00	0,49	28,38		(1), (2)	0,00	1,47	102,99		(1), (2)	0,00	2,01	126,56		(1)	0,00	0,98	26,38	
<b>UZSONNA</b>	Citromos tea Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Gyümölcs tea Borjómájás /Pick/ (2),(4) Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Rooibos tea Csipkelekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Gyümölcs tea Csirkemell sonka /Kométa/ Vénusz margarin Kiskifli (1),(2) Zöldpaprika					Citromos tea Kockasajt /Medve/ (2) Német zsemle (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	186,00	5,98	1,09	7,80	23,92	227,80	10,27	3,55	5,75	26,44	174,90	3,56	1,09	4,48	29,34	155,10	5,37	1,30	6,10	21,70	178,20	4,70	2,74	5,35	26,83
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (3)	5,00	0,02	14,48		(1), (2), (4)	5,00	0,38	5,18		(1)	5,00	0,02	3,78		(1), (2)	5,00	0,50	5,18		(1), (2)	5,00	0,40	90,48	

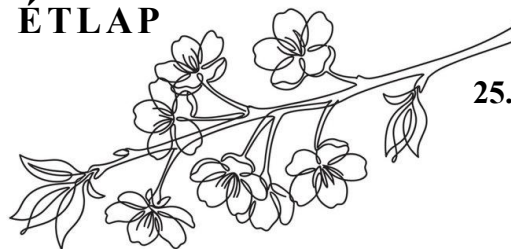
Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

Az étrend az ételsorokként 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) csillagfűt, (14) puhatestűek.

2026. Június 15. – Június 19.

PARADICSOMMENTES ÉTLAP



25. 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				
<b>REGGELI</b>	Tej (2) Áfonyalekvár Vénusz margarin Kiskifli (1),(2)					Tej (2) Sült paprikakrém Teljes kiőrlésű bagett (1) Póréhagyma					Tej (2) Tepsis bundás kenyér (1),(2),(3) Kígyóuborka					Tej (2) Natúr vajkrém /Tolle/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Cini-minis gabonapehely (1)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	229,60	7,82	1,06	6,83	32,22	204,30	5,33	0,00	8,36	30,19	337,10	17,36	2,94	17,87	27,02	246,80	10,28	0,00	8,44	29,33	210,00	7,29	0,33	6,33	29,07
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)					(1), (2)					(1), (2), (3)					(1), (2)					(1), (2)				
<b>TÍZÓRAI</b>	Házi barackos tejturmix (2)					Multivitamin /Happy Day 100%/					Házi szamócás smoothie (2)					Narancsos őszilé /Sió/					Házi banános tejturmix (2)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	130,20	4,21	0,00	4,68	18,87	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	144,60	3,55	0,00	4,15	22,96	20,70	0,07	0,00	0,02	5,12	120,10	4,20	0,00	4,50	15,43
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)					-					(2)					-					(2)				
<b>EBÉD</b>	Sertés apróhús Tökfőzelék (1),(2) Körte					Zabpelyhes húsgombóc (1),(3) /Pulykamell filé/ Karalábefőzelék (1),(2) Banán					Frankfurtileves (1),(2),(5) Piskótakocka (1),(3) Csokoládé mártás (1),(2)					Rakott halas hercegnő burgonya (1),(2),(8) Görögdinnye					Grill csirkemell Karfiolfőzelék (1),(2) Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	336,70	14,54	2,80	17,15	31,69	443,00	9,08	1,89	22,37	64,33	402,30	18,24	5,38	14,76	43,79	313,00	16,92	0,00	12,58	27,52	384,80	9,50	1,89	26,55	45,50
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)					(1), (2), (3)					(1),(2),(3),(5)					(1),(2),(8)					(1), (2)				
<b>UZSONNA</b>	Citromos tea Magyaros vajkrém /Tolle/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					Rooibos tea Borjúpárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Kiskifli (1),(2) Kaliforniai paprika					Gyümölcs tea Házi tökmagvas csirkemájkrém (6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Vajretek					Rooibos tea Pulykamell sonka /Kométa/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Citromos tea Pannónia sajt szelet (2) Vénusz margarin Kiskifli (1),(2) Zöldpaprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	187,00	6,06	0,00	3,94	27,28	146,80	3,73	1,40	4,31	22,35	187,00	4,66	0,95	6,63	27,62	174,20	3,88	1,09	8,78	24,20	206,90	9,17	4,86	7,90	21,60
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)					(1), (2), (4)					(1), (6)					(1)					(1), (2)				

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

2026. Június 22. – Június 26.

PARADICSOMMENTES ÉTLAP



26. hét



Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egysített Bölcsődevezető

ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
<b>REGGELI</b>	Tej (2) Csurgatott méz Vénusz margarin Német zsemle (1)					Tej (2) Lazackrém (6),(8) /Rio Mare/ Búzakenyér (1) Vajretek					Tej (2) Tavaszi túrókrém (2) Kiskifli (1),(2) Póréhagyma					Tej (2) Csicseriborsókrém (6) Német zsemle (1) Zöldpaprika					Tej (2) Erdei gyümölcslekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	226,90	7,89	1,09	7,19	31,14	243,50	10,38	1,42	10,61	25,98	217,10	7,58	1,30	10,03	26,41	217,30	5,21	0,14	8,24	31,94	232,10	7,76	1,09	8,82	30,87
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		3,50	0,02	180,00	(1), (2), (6), (8)		0,00	0,04	180,00	(1), (2)		0,00	0,11	214,59	(1),(2),(6)		0,00	0,52	185,28	(1), (2)		0,00	0,02	180,00
<b>TÍZÓRAI</b>	Actimel (2)					Almás mangólé /Happy Day 100%/					Házi trópusi tejturmix (2)					Kajsziaracklé /Sió/					Házi málnás smoothie (2)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	76,00	1,50	0,00	2,80	12,00	70,50	0,75	0,00	0,75	16,50	104,10	4,20	0,00	4,50	12,05	52,50	0,00	0,00	0,00	12,00	136,10	4,35	0,00	5,10	17,78
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)	0,00		0,00	120,00	-	0,00	0,00	0,00		(2)	1,00	0,00	180,00		-	0,00	0,00	0,00		(2)	1,00	0,00	213,55	
<b>EBÉD</b>	Csirkemájfelfűjt (1),(3) Brokkolifőzelék (1),(2) Görögdinnye					Sertés apróhús Zellerfőzelék (1),(2),(5) Banán					Csirkepaprikás (1),(2) Copfocska tészta (1),(3) Alma					Pulykafasírt (1),(3) Burgonyafőzelék (1),(2) Görögdinnye					Főtt tojás (3) Parajfőzelék (1),(2) Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	212,70	4,79	0,85	15,30	25,37	362,60	13,14	1,75	17,51	40,36	334,30	10,62	2,80	20,66	36,97	368,60	14,71	2,83	15,64	41,86	284,30	11,55	0,00	13,09	27,80
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)		0,00	1,52	83,02	(1), (2), (5)		0,00	1,50	131,66	(1), (2), (3)		0,00	1,99	37,40	(1), (2), (3)		0,00	0,61	90,64	(1),(2),(3)		0,00	0,98	138,46
<b>UZSONNA</b>	Citromos tea Szicíliai sonka /Tauris/ Vénusz margarin Hagymás kenyér (1) Zöldpaprika					Gyümölcsstea Házi kakaós zabkeksz (1),(2),(3)					Citromos tea Nosztalgia párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Teljes kiórlésű bagett (1) Kígyóuborka					Gyümölcsstea Gouda sajt szelet (2) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Póréhagyma					Rooibos tea Csirkehúsos zöldségkrém (2),(6) Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	186,70	5,34	1,55	7,30	25,62	249,80	9,37	0,00	8,53	31,80	197,60	7,36	0,95	5,03	26,19	226,20	9,00	4,39	9,82	24,41	189,40	3,99	1,60	9,16	27,04
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00		0,17	9,98	(1), (2), (3)		15,00	0,02	25,95	(1), (4)		5,00	0,02	6,48	(1), (2)		5,00	0,42	7,74	(1),(2),(6)		5,00	0,01	21,30

Egysített bölcsődevezető

Dietetikus

Az étrend az ételsorokként megjelölt allergéneket tartalmazza: (1) glutén, (2) tej, (3) tojás, (4) szója, (5) zeller, (6) mustár, (7)ogyoró, (8) hal, (9) diófélék, (10) szezám, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfűrt, (14) puhatestűek.

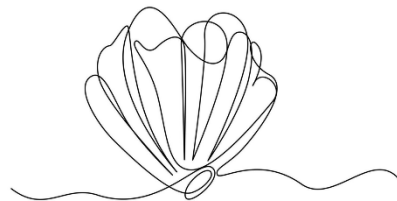
2026. Június 29. – Július 03.

PARADICSOMMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egysített Bölcsődevezető



27. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNYESK				
<b>REGGELI</b>	Tej (2) Teavaj /Ammerland/ (2) Kalács (1),(2),(3)					Tej (2) Juhtúrós körözött (2) Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Snidlinges tojáskrém (3),(6) Kiskifli (1),(2) Póréhagyma					Tej (2) Borjómájás /Pick/ (2),(4) Német zsemle (1) Tricolor paprika					Rooibos tea Natúr vajkrém /Tolle/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	297,80	16,40	2,78	8,30	28,26	230,40	8,21	1,54	11,12	27,11	213,60	9,22	1,06	8,99	23,53	254,10	11,12	2,74	9,74	28,12	186,40	6,06	0,00	3,92	27,08
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)		0,00	0,00	182,50	(1), (2)		0,00	0,11	221,17	(1), (2), (3)		0,00	0,11	188,76	(1),(2),(4)		0,00	0,36	180,00	(1), (2)		5,00	0,00	6,48
<b>TÍZÓRAI</b>	Házi banános tejturmix (2)					Szőlőlé /Sió/					Házi szamócás smoothie (2)					Ananászlé /Happy Day 100%/					Házi barackos tejturmix (2)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	120,10	4,20	0,00	4,50	15,43	61,50	0,75	0,00	0,00	14,85	144,60	3,55	0,00	4,15	22,96	69,00	0,00	0,00	0,00	16,05	115,10	4,22	0,00	4,73	15,33
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)		1,00	0,00	213,55	-	0,00	0,00	0,00	-	(2)		6,00	0,00	183,55	-	0,00	0,00	0,00	-	(2)		1,00	0,01	180,00
<b>EBÉD</b>	Tejszínes-zöldséges halragu (2),(8) Párolt rizs Alma					Párolt csirkemell Harmónia főzelék (1),(2) Körte					Raguleves (1),(2),(5) Túrós pite (1),(2),(3)					Pulykafasírt (1),(3) Cukkínifőzelék (1),(2) Görögdinnye					Reszelt sajt (2) Finomfőzelék (1),(2) Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	339,40	9,08	2,10	18,71	47,04	231,90	3,80	0,00	17,64	22,68	412,90	20,47	2,24	21,91	32,18	271,00	14,23	2,41	14,94	30,28	288,30	9,15	0,00	13,26	36,41
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2), (8)		0,00	2,01	65,64	(1), (2)		0,00	1,47	58,60	(1), (2), (3), (5)		6,00	1,01	143,94	(1), (2), (3)		0,00	1,09	97,25	(1), (2)		0,00	0,79	277,69
<b>UZSONNA</b>	Rooibos tea Mozzarella sajt szelet (2) Vénusz margarin Német zsemle (1) Póréhagyma					Gyümölcs tea Sertéspárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					Citromos tea Házi tökmagvas csirkehúskrém (6) Búzakenyér (1) Tricolor paprika					Gyümölcs tea Debreceni sonka /Kaiser/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Jégcsapretek					Tej (2) Chocapic gabonapehely (1)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	219,20	8,13	3,95	8,09	26,69	202,40	7,46	2,35	5,78	26,40	213,70	7,78	2,04	8,48	25,33	181,80	4,25	1,03	6,52	27,72	168,00	6,26	0,22	5,72	21,73
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		5,00	0,32	7,74	(1), (4)		5,00	0,02	6,48	(1), (6)		5,00	0,05	7,32	(1)		5,00	0,48	7,44	(1), (2)		4,98	0,00	180,00

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