

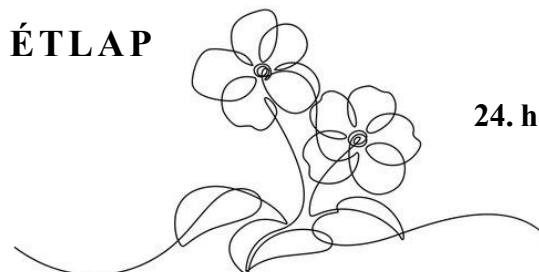
2026. Június 08. – Június 12.

SERTÉSHÚSMENTES 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				
REGGELI	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) Koktélparadicsom				
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	210,60	4,93	0,14	9,98	29,39
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	186,69	
TÍZÓRAI	Házi trópusi tejturmix (2)					Körtelélé /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	
EBÉD	Sajtropogós (1),(2),(3) Zöldborsófőzelék (1),(2) Banán					Magyaros kiskagyló pulykamellel (1),(3) Csemege uborka (6) Alma					Párolt csirkemell Sárgarépa-főzelék (1),(2) Görögdinnye					Tejszínes-póréhagymás pulykamellel (1),(2) Párolt rizs Banán					Csirke apróhús Kínaikeel főzelék (1) Görögdinnye				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	331,70	9,39	0,81	15,74	40,75	341,10	8,01	0,00	20,76	43,41	200,50	3,83	0,00	18,65	22,11	422,40	15,90	2,10	16,02	53,75	237,40	8,88	0,00	16,63	21,01
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	0,00	0,85	279,29		(1), (3), (6)	0,00	0,49	26,72		(1), (2)	0,00	1,47	102,99		(1), (2)	0,00	2,01	126,56		(1)	0,00	0,98	19,53	
UZSONNA	Citromos tea Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Gyümölcs tea Csirkemell sonkakrém /Efef/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Paradicsom					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	179,50	4,50	0,95	6,10	26,08	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)	5,00	0,35	5,58		(1)	5,00	0,02	3,78		(1), (2)	5,00	0,50	5,18		(1), (2)	5,00	0,40	90,48	

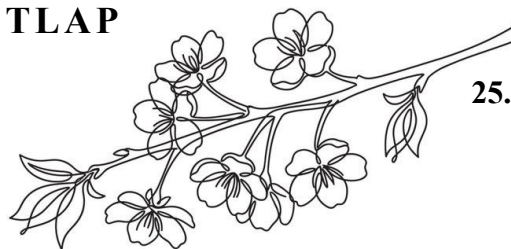
Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

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

2026. Június 15. – Június 19.

SERTÉSHÚSMENTES 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				
REGGELI	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) Koktélpáradicsom					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	342,30	17,58	6,24	18,02	27,38	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)		0,00	0,02	180,00	(1), (2)		0,00	0,20	189,61	(1), (2), (3)		0,00	0,91	214,37	(1), (2)		0,00	0,00	182,80	(1), (2)		7,47	0,00	180,00
TÍZÓRAI	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)		6,00	0,01	180,00	-	0,00	0,00	0,00		(2)		6,00	0,00	183,55	-	0,00	0,00	0,00		(2)		1,00	0,00	213,55
EBÉD	Csirkemell 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)	276,80	8,33	2,80	17,11	31,12	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)		0,00	1,00	105,98	(1), (2), (3)		0,00	1,49	322,31	(1),(2),(3),(5)		20,00	1,80	166,93	(1),(2),(8)		0,00	1,04	84,31	(1), (2)		0,00	1,00	247,23
UZSONNA	Citromos tea Magyaros vajkrém /Tolle/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					Rooibos tea Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Kiskifli (1),(2) Fürtös paradicsom					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	152,90	4,00	1,06	5,25	21,41	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)		5,00	0,00	6,48	(1), (2)		5,00	0,35	5,58	(1), (6)		5,00	1,02	31,13	(1)		5,00	0,02	6,48	(1), (2)		5,00	0,17	5,18

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

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

2026. Június 22. – Június 26.

SERTÉSHÚSMENTES ÉTLAP



26. hét



Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	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) Koktélpáradicsom					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	216,70	7,58	1,30	9,94	26,37	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	210,63		(1),(2),(6)	0,00	0,52	185,28		(1), (2)	0,00	0,02	180,00	
TÍZÓRAI	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	
EBÉD	Csirkemájfelfűjt (1),(3) Brokkolifőzelék (1),(2) Görögdinnye					Pulyka apróhús Zellerfőzelék (1),(2),(5) Banán					Csirkepaprikás (1),(2) Copfocska tészta (1),(3) Alma					Pulykafasírt (1),(3) Paradicsomos burgonyafőzelék (1) 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	346,40	13,11	1,75	15,19	38,82	334,30	10,62	2,80	20,66	36,97	427,00	14,89	0,03	14,50	53,40	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	124,84		(1), (2), (3)	0,00	1,99	37,40		(1), (3)	5,00	1,08	31,37		(1),(2),(3)	0,00	0,98	138,46	
UZSONNA	Citromos tea Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Hagymás kenyér (1) Fürtös páradicsom					Gyümölcstea Házi kakaós zabkeksz (1),(2),(3)					Citromos tea Selyemsonka /Sága/ (2) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					Gyümölcstea 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)	181,50	4,70	1,55	6,66	25,48	249,80	9,37	0,00	8,53	31,80	185,60	5,05	0,95	6,38	26,88	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	0,35	5,58		(1), (2), (3)	15,00	0,02	25,95		(1), (2)	5,00	0,56	6,48		(1), (2)	5,00	0,42	7,74		(1),(2),(6)	5,00	0,01	21,30	

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) csillagfűrt, (14) puhatestűek.

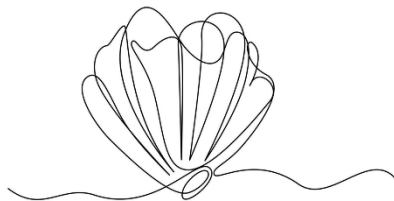
2026. Június 29. – Július 03.

SERTÉSHÚSMENTES 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				
REGGELI	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) Csirkemell sonkakrém /Efef/ Német zsemle (1) Fürtös paradicsom					Rooibos tea Natúr vajkrém /Tolle/ (2) Teljes kiörlésű bagett (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	2697,80	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	230,80	8,35	1,09	10,06	27,30	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)		0,00	0,35	181,80	(1), (2)		5,00	0,00	6,48
TÍZÓRAI	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
EBÉD	Tejszínes-zöldséges halragu (2),(8) Párolt rizs Alma					Párolt csirkemell Harmónia főzelék (1),(2) Körte					Pulykaraguleves (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	496,10	27,14	6,44	23,03	36,70	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	1,04	139,12	(1), (2), (3)		0,00	1,09	97,25	(1), (2)		0,00	0,79	277,69
UZSONNA	Rooibos tea Mozzarella sajt szelet (2) Vénusz margarin Német zsemle (1) Koktélpáradicsom					Gyümölcs tea Csirkemell sonka /Efef/ Vénusz margarin Teljes kiörlésű bagett (1) Kígyóuborka					Citromos tea Házi tökmagvas csirkehúskrém (6) Búzakenyér (1) Tricolor paprika					Gyümölcs tea Selyemsonka /Sága/ (2) Vénusz margarin Teljes kiörlésű bagett (1) Jégcsapretek					Tej (2) Chocapic gabonapehely (1)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	218,80	8,13	3,95	8,00	26,66	176,70	4,48	0,95	6,23	26,25	213,70	7,78	2,04	8,48	25,33	188,00	5,07	0,95	6,42	27,42	168,00	6,26	0,22	5,72	21,73
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		5,00	0,32	3,78	(1)		5,00	0,35	6,48	(1), (6)		5,00	0,05	7,32	(1), (2)		5,00	0,56	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)ogyoró, (8) hal, (9) diófélék, (10) szezám, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfürt, (14) puhatestűek.