

2026. Június 08. – Június 12.

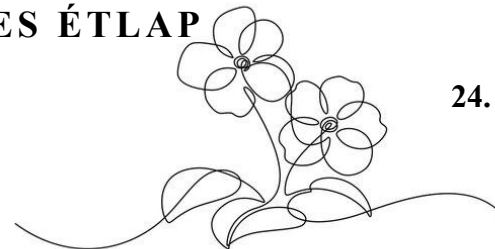
TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

24. 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	Rizsital /Alpro/ Baracklekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rizsital /Alpro/ Sonkakrém /Efef/ Német zsemle (1) Kaliforniai paprika					Rizsital /Alpro/ Padlizsánkrém (6) /Tojásmentes/ Búzakenyér (1) Póréhagyma					Rizsital /Alpro/ Tonhalkrém (6),(8) /Rio Mare/ Teljes kiörlésű bagett (1) Vajretek					Rizsital /Alpro/ Lencsekrém (6) Búzakenyér (1) Koktélpáradicsom				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	280,00	5,68	1,09	4,77	51,72	274,20	6,25	1,09	6,18	47,85	270,20	6,26	1,09	5,47	47,40	326,30	11,99	0,95	6,48	47,55	252,60	2,83	0,14	5,84	48,94
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		0,00	0,02	240,00	(1)		0,00	0,35	242,80	(1), (6)		0,00	0,02	253,35	(1), (6), (8)		0,00	0,21	241,37	(1), (6)		0,00	0,52	246,69
TÍZÓRAI	Házi trópusi rizstejturmix					Körtelék /Sió/					Házi málnás smoothie rizstejjel					Almalé /HohesC 100%/					Házi banános rizstejturmix				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	130,60	1,58	0,00	0,27	28,95	58,50	0,00	0,00	0,00	13,50	146,60	1,73	0,00	0,87	30,68	69,00	0,15	0,00	0,15	16,95	130,60	1,58	0,00	0,27	28,33
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	1,00	0,00	180,00	-	0,00	0,00	0,00	-	1,00	0,00	213,55	-	0,00	0,00	0,00	-	1,00	0,00	213,55	-	1,00	0,00	213,55	
EBÉD	Reszelt növényi sajt /Violife/ Zöldborsófőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Banán					Sertés apróhús Copfocska tészta (1) /Gyermelyi, durum/ Csemege uborka (6) Alma					Párolt csirkemell Sárgarépa-főzelék (1) /Alpro Rizsital/ Görögdinnye					Póréhagymás pulykamell rizstejjel (1) Párolt rizs Banán					Sertés apróhús Kínaikel főzelék (1) Görögdinnye				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	239,90	5,02	0,00	7,39	35,69	338,00	11,31	0,00	18,10	38,64	214,80	3,44	0,00	18,00	27,22	412,20	13,30	0,00	15,83	57,22	297,30	15,08	0,00	16,67	21,58
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		0,00	0,49	170,74	(1), (6)		0,00	1,48	20,53	(1)		0,00	1,08	119,13	(1)		0,00	1,97	193,05	(1)		0,00	0,98	26,38
UZSONNA	Citromos tea Sonka szelet /Kométa/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Gyümölcstea Borjúmájás /Nádudvar/ (4) Teljes kiörlésű bagett (1) Páradicsom					Rooibos tea Csipkelekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Gyümölcstea Csirkemell sonka /Kométa/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Citromos tea Növényi sajtkrém /Violife/ Német zsemle (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe/CH (g)	168,70	4,00	1,09	7,43	23,93	162,60	3,38	0,00	4,45	26,03	174,90	3,56	1,09	4,48	29,34	173,80	5,39	1,33	8,15	24,04	205,80	7,50	1,09	2,95	29,71
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		5,00	0,35	6,48	(1), (4)		5,00	0,18	5,58	(1)		5,00	0,02	3,78	(1)		5,00	0,50	5,18	(1)		5,00	0,02	6,48

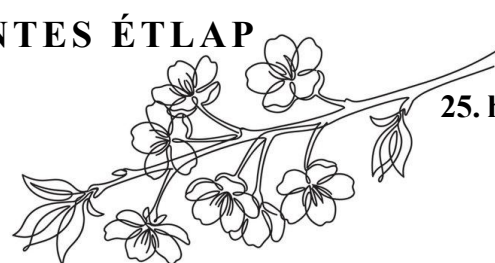
Egyesített bölcsődevezető

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) kén-dioxid, szulfid, (13) csillagfürt, (14) puhatestűek.

2026. Június 15. – Június 19.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP



25. 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	Rizsital /Alpro/ Áfonyalekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rizsital /Alpro/ Sült paprikakrém Teljes kiőrlésű bagett (1) Póréhagyma					Rizsital /Alpro/ Sült sonkakrém /Kométa/ Búzakenyér (1) Koktélparadicsom					Rizsital /Alpro/ Növényi sajtkrém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Rizsital /Alpro/ Cini-minis gabonapehely (1)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	290,20	5,74	1,09	4,74	54,12	246,30	3,23	0,00	4,22	49,74	301,60	10,50	2,28	8,48	45,52	313,20	9,98	0,95	3,76	51,72	252,00	5,19	0,00	2,19	48,62
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		0,00	0,02	240,00	(1)		0,00	0,20	246,81	(1)		0,00	0,51	240,00	(1)		0,00	0,02	242,80	(1)		7,47	0,00	240,00
TÍZÓRAI	Házi barackos rizstejturmix					Multivitamin /Happy Day 100%/					Házi szamócás smoothie rizstejjel					Narancsos őszilé /Sió/					Házi banános rizstejturmix				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	129,70	1,59	0,00	0,50	29,23	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	153,40	1,36	0,00	0,63	33,71	20,70	0,07	0,00	0,02	5,12	123,70	1,05	0,00	0,18	27,68
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	2,00	0,01	180,00	-	0,00	0,00	0,00	-	6,00	0,00	183,55	-	0,00	0,00	0,00	-	0,00	0,00	0,00	-	7,00	0,00	153,55	
EBÉD	Sertés apróhús Tökfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Körte					Zabpelyhes húscomboc (1) /Tojásmentes/ Karalábefőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Banán					Frankfurtileves rizstejjel (1),(5) Rizstejberizs					Rakott halas hercegnő burgonya (1),(8) /Alpro Rizsital/ Görögdinnye					Grill csirkemell Karfiolfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	315,60	10,51	0,00	16,14	36,64	423,20	6,17	0,00	21,25	67,04	462,10	13,45	3,28	12,20	75,92	317,70	16,05	4,75	11,05	31,69	233,90	7,07	0,00	19,93	20,22
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		0,00	1,47	122,82	(1)		0,00	1,47	334,46	(1), (5)		5,00	1,88	228,54	(1), (8)		0,00	1,06	84,31	(1)		0,00	0,98	101,76
UZSONNA	Citromos tea Sonkakrém /Efef/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					Rooibos tea Borjúpárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Búzakenyér (1) 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 Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Zöldpaprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	182,20	4,36	0,95	7,58	26,52	191,00	6,75	2,38	6,10	23,70	187,00	4,66	0,95	6,63	27,62	174,20	3,88	1,09	8,78	24,20	203,00	7,39	1,09	4,55	27,64
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		5,00	0,02	6,48	(1), (4)		5,00	0,35	5,58	(1), (6)		5,00	1,02	31,13	(1)		5,00	0,02	6,48	(1)		5,00	0,02	5,18

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

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

2026. Június 22. – Június 26.

TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES 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
REGGELI	Rizsital /Alpro/ Csurgatott méz Vénusz margarin Német zsemle (1)	Rizsital /Alpro/ Lazackrém (6),(8) /Rio Mare/ Búzakenyér (1) Vajretek	Rizsital /Alpro/ Sonkakrém /Efef/ Búzakenyér (1) Koktélpáradicsom	Rizsital /Alpro/ Csicseriborsókrém (6) Német zsemle (1) Zöldpaprika	Rizsital /Alpro/ Erdei gyümölcslekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	268,90 5,79 1,09 3,05 50,69	284,40 8,23 1,42 6,42 45,44	275,20 6,00 1,09 9,08 45,72	259,30 3,11 0,14 4,10 51,49	274,10 5,66 1,09 4,68 50,42
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1) 3,50 0,02 240,00	(1), (6), (8) 0,00 0,02 240,00	(1) 0,00 0,02 240,00	(1), (6) 0,00 0,52 245,28	(1) 0,00 0,02 240,00
TÍZÓRAI	Házi banános rizstejturmix	Almás mangólé /Happy Day 100%/	Házi trópusi rizstejturmix	Kajsziaracklé /Sió/	Házi málnás smoothie rizstejjel
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	130,60 1,58 0,00 0,27 28,33	70,50 0,75 0,00 0,75 16,50	130,60 1,58 0,00 1,27 28,95	52,50 0,00 0,00 0,00 12,00	146,60 1,73 0,00 0,87 30,68
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	- 1,00 0,00 213,55	- 0,00 0,00 0,00	- 1,00 0,00 180,00	- 0,00 0,00 0,00	- 1,00 0,00 213,55
EBÉD	Csirkemájfelfújt (1) /Tojásmentes/ Brokkolifőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Görögdinnye	Sertés apróhús Zellerfőzelék (1),(5) /Burgonyával sűrítve/ Banán	Csirkepaprikás rizstejjel (1) Copfocska tészta (1) /Gyermelyi, durum/ Alma	Pulykafasírt (1) /Tojásmentes/ Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Görögdinnye	Párolt csirkemell Parajfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Banán
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	261,60 3,42 0,18 14,59 29,65	354,20 10,61 0,00 16,37 45,18	243,00 6,72 0,00 5,36 38,57	439,90 14,62 0,00 14,72 57,07	339,60 8,92 0,00 20,36 38,82
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)0,00 1,52 117,42	(1), (5) 0,00 1,47 161,16	(1) 0,00 1,97 32,40	(1) 5,00 1,24 33,42	(1) 0,00 1,97 191,51
UZSONNA	Citromos tea Szicíliai sonka /Tauris/ Vénusz margarin Hagymás kenyér (1) Fürtös paradicsom	Gyümölcs tea Baracklekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)	Citromos tea Nosztalgia párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kigyóuborka	Gyümölcs tea Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Póréahagyma	Rooibos tea Csirkehúsos zöldségkrém /Tejfehérjementes/ (6) Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	189,30 5,35 1,55 7,20 25,40	151,20 3,56 1,09 4,43 23,54	197,60 7,36 0,95 5,03 26,19	206,00 7,40 1,09 4,72 28,17	194,70 4,79 1,09 8,86 26,87
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1) 5,00 0,17 10,38	(1) 5,00 0,02 3,78	(1), (4) 5,00 0,02 6,48	(1) 5,00 0,02 7,74	(1), (6) 5,00 0,03 21,30

Egysített bölcsődevezető

Dietetikus

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

2026. Június 29. – Július 03.

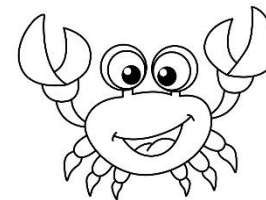
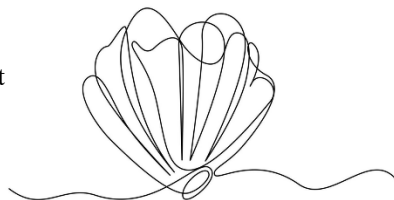
TEJFEHÉRJE- ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

27. 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	Rizsital /Alpro/ Baracklekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rizsital /Alpro/ Sonkakrém /Efef/ Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika					Rizsital /Alpro/ Snidlinges növényi sajtkrém/Violife/ Búzakenyér (1) Póréhagyma					Rizsital /Alpro/ Borjómájás /Nádudvar/ (4) Német zsemle (1) Fürtös paradicsom					Rooibos tea Növényi sajtkrém/Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	280,00	5,68	1,09	4,77	51,72	276,60	6,00	1,09	9,16	46,00	304,20	9,50	1,09	4,97	49,15	255,80	5,13	0,14	4,27	46,81	210,80	7,86	0,95	3,38	29,92
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		0,00	0,02	240,00	(1)		0,00	0,02	242,80	(1)		0,00	0,02	243,96	(1), (4)		0,00	0,18	241,80	(1)		5,00	0,02	6,48
TÍZÓRAI	Házi banános rizstejturmix					Szőlőlé /Sió/					Házi szamócás smoothie rizstejjel					Ananászlé /Happy Day 100%/					Házi barackos rizstejturmix				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	123,70	1,05	0,00	0,18	27,68	61,50	0,75	0,00	0,00	14,85	153,40	1,36	0,00	0,63	33,71	69,00	0,00	0,00	0,00	16,05	129,70	1,59	0,00	0,50	29,23
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	-	7,00	0,00	153,55	-	0,00	0,00	0,00	-	6,00	0,00	183,55	-	0,00	0,00	0,00	-	2,00	0,01	180,00					
EBÉD	Tejszínes-zöldséges halragu rizstejjel (8) Párolt rizs Alma					Párolt csirkemell Harmónia főzelék (1) /Alpro Rizsital/ Körte					Raguleves (1),(5) /Alpro Rizsital/ Rizstejbedara kakaóval /Holland/ (1)					Pulykafasírt (1) /Tojásmentes/ Cukkinifőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Görögdinnye					Reszelt növényi sajt /Violife/ Finomfőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Banán				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	334,30	6,60	0,00	17,78	52,28	234,00	3,27	0,00	16,79	25,26	314,40	9,35	0,00	12,43	42,35	269,00	10,52	0,00	14,23	39,02	316,70	5,50	0,00	6,38	58,33
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(8)		0,00	1,97	125,64	(1)		0,00	1,47	58,60	(1), (5)		5,00	0,98	203,49	(1)		0,00	1,24	113,20	(1)		0,00	0,98	231,34
UZSONNA	Rooibos tea Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Koktélpáradicsom					Gyümölcs tea Sertéspárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Citromos tea Házi tökmagvas csirkehúskrém (6) Búzakenyér (1) Tricolor paprika					Gyümölcs tea Debreceni sonka /Kaiser/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Jégcsapretek					Rizsital /Alpro/ Chocapic gabonapehely (1)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	208,60	7,53	1,09	3,00	30,26	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	203,80	3,12	0,00	2,12	41,24
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		5,00	0,02	3,78	(1), (4)		5,00	0,02	6,48	(1), (6)		5,00	0,05	7,32	(1)		5,00	0,48	7,44	(1)		0,00	0,00	240,00

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

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