

2026. Július 06. – Július 10.

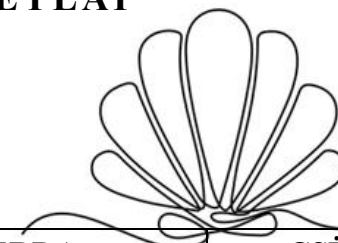
GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

28. 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) Baracklekvár Vénusz margarin Német zsemle (1)					Tej (2) Lencsekrém (6) Kiskifli (1),(2) Koktélpáradicsom					Gyümölcs tea Tonhalkrém (6),(8) /Rio Mare/ Búzákenyér (1) Vajretek					Tej (2) Házi csirkemájkrém (6) Német zsemle (1) Tricolor paprika					Tej (2) Kapros túrókrém (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Páradicsom				
	Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	241,00	7,90	1,09	7,28	34,29	192,00	4,91	0,11	7,93	27,04	220,10	9,41	1,09	7,43	24,25	239,30	8,52	1,09	10,50	29,36	225,40	7,33	0,70	10,20
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		0,00	0,02	180,00	(1), (2), (6)		0,00	0,52	186,69	(1), (6), (8)		5,00	0,21	5,15	(1),(2),(6)		0,00	1,02	207,35	(1), (2)		0,00	0,10	200,30
TÍZÓRAI	Házi trópusi tejturmix (2)					Almalé /Happy Day 100%/					Házi málnás smoothie (2)					Őszibaracklé /Sió/					Actimel (2)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	104,10	4,20	0,00	4,50	12,05	69,00	0,15	0,00	0,15	16,95	136,10	4,35	0,00	5,10	17,78	51,00	0,00	0,00	0,00	11,85	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	Főtt tojás (3) Sóskamártás (1),(2) Főtt burgonya Banán					Pulykafasírt (1),(3) Páradicsomos káposzta főzelék (1) Görögdiinnye					Tarhonyás hús (1),(3) Céklacsík saláta /Bonduelle/ /Típegő: Sertés apróhús, Cékla főzelék (1),(2)/ Banán					Párolt csirkemell filé Royal főzelék (1),(2) Alma					Zöldséges-csirkés kuskusz (1) Csemege uborka (6) /Típegő: Csirkepecsenye, Mexikói főzelék (1),(2)/ Görögdiinnye				
	Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	446,30	16,10	2,38	20,71	54,58	336,30	14,73	0,00	13,24	34,64	371,20	9,90	0,02	16,32	50,43	212,40	4,87	0,08	20,63	17,43	292,70	8,80	0,03	17,83
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)		5,00	1,09	261,51	(1), (3)		5,00	1,57	51,91	(1), (3)		0,00	1,14	104,15	(1), (2)		0,00	1,51	111,19	(1), (6)		0,00	1,47	9,23
UZSONNA	Rooibos tea Zöldfűszeres vajkrém /Hajdú/ (2) Búzákenyér (1) Kígyóuborka					Citromos tea Borjúpárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin /Típegő: Párizsikrém (4)/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Tej (2) Nesquik kakaós gabonapehely (1) /Típegő: Baracklekvár, Búzákenyér (1)/					Citromos tea Selyemsonka /Sága/ (2) Vénusz margarin /Típegő: Sonkakrém (2)/ Hagymás kenyér (1) Pórégagyma					Gyümölcs tea Mozzarella sajt szelet (2) Vénusz margarin /Típegő: Mozzarella sajtkrém/ Kiskifli (1),(2) Kígyóuborka				
	Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	184,50	6,58	4,19	4,95	24,68	169,40	4,22	1,29	5,00	26,24	161,80	5,22	0,00	6,26	21,69	190,80	5,28	1,55	7,08	26,85	194,30	7,96	3,92	7,53
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		5,00	0,14	6,48	(1), (4)		5,00	0,33	5,18	(1), (2)		0,00	0,00	180,00	(1), (2)		5,00	0,56	7,74	(1), (2)		5,00	0,32	6,48

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) csillagfűt, (14) puhatestűek.

2026. Július 13. – Július 17.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egysített Bölcsődevezető

29. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK										
REGGELI	Tej (2) Csurgatott méz Vénusz margarin Kiskifli (1),(2)					Tej (2) Házi tökmagvas pulykahúskrém (6) Német zsemle (1) Paradicsom					Tej (2) Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin /Tipegő: Tojáskrém/ Búzakenyér (1) Póréhagyma					Tej (2) Tavaszi túrókrém (2) Német zsemle (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Főtt Füstli virsli /Sága/ Kiskifli (1),(2) Ketchup /Heinz/ (5) Kígyóborka										
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		205,30	7,74	1,06	6,77	26,68	282,80		13,39	2,04	10,48	28,19	245,40		10,20	1,09	12,33	25,92	239,70		7,73	1,33	10,43	31,12	268,20		12,77	3,39	12,24	25,52
	Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(1), (2)		3,50	0,02	180,00	(1), (2), (6)		0,00	0,05	186,51	(1), (2), (3)		0,00	0,02	191,96	(1), (2)		0,00	0,11	213,43	(1), (2), (5)		0,00	0,98	182,70				
TÍZÓRAI	Házi banános tejtermix (2)					Multivitamin /HohesC 100%/					Házi szamócás smoothie (2)					Sió Meggy-Szilva-Alma					Házi barackos tejtermix (2)										
EBÉD	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		120,10	4,20	0,00	4,50	15,43	69,00		0,15	0,00	0,15	18,00	144,60		3,55	0,00	4,15	22,96	54,00		0,00	0,00	0,00	13,35	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				
	Halrudacska sütőben sütve /100%-os színfiléből/ (1),(8) /Tipegő: Párolt tonhal (8)/ Zöldborsófőzelék (1),(2) Görögdinnye					Pulyka apróhús Tökfőzelék (1),(2) Alma					Palócgulyás leves (1),(2),(5) Meggyes-mákos kevert sütemény (1),(2),(3),(12) /Tipegő: Párolt sertéscsomb, Zöldbabfőzelék (1),(2), Alma/					Májpuffancs (1),(3) Karfiolfőzelék (1),(2) Banán					Lecsós sertéskaraj Párolt basmati rizs /Tipegő: Főtt burgonya/ Görögdinnye										
UZSONNA	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		355,50	15,50	0,54	16,31	32,47	303,60		14,51	2,80	14,83	26,09	507,70		24,79	4,20	15,91	52,75	279,20		8,18	2,83	15,43	33,54	348,90		13,20	0,00	17,76	39,75
	Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(1), (2), (8)		0,00	1,21	91,52	(1), (2)		0,00	1,00	97,74	(1),(2),(3),(5),(12)		17,50	1,03	181,01	(1),(2),(3)		0,00	1,00	194,94	-		0,00	1,47	82,75				
	Rooibos tea Kockasajt /Medve/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Gyümölcs tea Magyaros vajkrém /Hajdú/ (2) Búzakenyér (1) Kígyóborka					Citromos tea Nosztalgia párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin /Tipegő: Párizsikrém (4)/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Vajretek					Gyümölcs tea Feketeszederlekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rooibos tea Pannónia sajt szelet (2) Vénusz margarin /Tipegő: Pannónia sajtkrém/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpáradicsom										
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		183,40	5,07	2,60	5,75	27,08	164,70		4,32	2,69	5,06	24,55	198,80		7,36	0,95	5,12	26,18	187,60		3,56	1,09	4,47	32,50	236,20		9,68	4,75	8,83	26,76
	Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(1), (2)		5,00	0,40	89,18	(1), (2)		5,00	0,17	6,48	(1), (4)		5,00	0,02	3,78	(1)		5,00	0,02	3,78	(1), (2)		5,00	0,17	3,78				

Egysített 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) csillagfűt, (14) puhatestűek.

2026. Július 20. – Július 24.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egysített Bölcsődevezető



30. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK					
REGGELI	Tej (2) Teavaj /Ammerland/ (2) Vajas kalács (1),(2),(3)					Tej (2) Borjómájás /Pick/ (2),(4) Kiskifli (1),(2) Fürtös paradicsom					Tej (2) Lazackrém (6),(8) /Rio Mare/ Búzákenyér (1) Vajretek					Tej (2) Tepsis bundás kenyér (1),(2),(3) /Tipegő: Tojáskrém (3),(6), Búzákenyér (1)/ Zöldpaprika					Tej (2) Padlizsánkrém (3),(6) Német zsemle (1) Kígyóborka					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	265,40	13,00	0,00	8,18	28,70	170,90	5,20	0,19	6,98	22,72	242,40	10,33	1,42	10,56	25,89	339,90	17,38	2,94	11,72	27,56	260,90	12,07	2,05	7,87	29,51	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)		0,80	0,35	203,30	(1), (2), (4)		0,00	0,04	181,80	(1), (2), (6), (8)		0,00	0,02	180,00	(1), (2), (3)		0,00	0,71	334,37	(1), (2), (3), (6)		0,00	0,07	187,19	
TÍZÓRAI	Actimel (2)					HohesC Plus Fókusz Gyümölcslé 100%-os					Házi trópusi tejtermék (2)					Sió Alma-Körte					Házi málnás smoothie (2)					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	76,00	1,50	0,00	2,80	12,00	66,00	0,00	0,00	0,00	15,00	104,10	4,20	0,00	4,50	12,05	51,00	0,00	0,00	0,00	12,15	136,10	4,35	0,00	5,10	17,78	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)		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	Sajtropogós (1),(2),(3) Brokkolifőzelék (1),(2) Görögdinnye					Csirke apróhús Cékla-főzelék (1),(2) Alma					Bolognai ragu (2),(5) Rövidcső tészta (1),(3) /Tipegő: Sertés apróhús, Burgonyapüré (2)/ Banán					Pulyka apróhús Mexikói-főzelék (1),(2) Görögdinnye					Sertéspecsenye Saláta-főzelék (1),(2) Alma					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	331,70	14,27	0,85	16,31	32,91	221,90	5,10	0,00	17,05	25,16	245,30	14,86	29,16	20,34	25,05	312,90	13,84	1,40	14,86	28,03	275,00	11,91	0,70	18,32	27,19	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)		0,00		1,44	240,01	(1), (2)		0,00	0,98	104,79	(1), (2), (3), (5)		0,00	0,70	213,70	(1), (2)		0,00	1,01	100,07	(1), (2)		0,00	1,49	91,52
UZSONNA	Rooibos tea Csicseriborsókrém (6) Búzákenyér (1) Kígyóborka					Gyümölcstea Borjúpárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin /Tipegő: Párizsikrém (4)/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Citromos tea Fokhagymás vajkrém /Hajdú/ (2) Német zsemle (1) Póréhagyma					Gyümölcstea Csirkemellsonka /Efef/ Vénusz margarin /Tipegő: Sonkakrém/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélparadicsom					Tej (2) Cini-minis gabonapehely (1) /Tipegő: Baracklekvár, Vénusz margarin, Búzákenyér (1)/					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	160,70	0,89	0,14	5,56	28,90	208,00	8,26	2,67	5,58	26,22	158,60	3,31	0,14	3,37	27,01	179,50	4,50	0,95	6,28	26,80	210,00	7,29	0,33	6,33	29,07	
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (6)		5,00	0,52	7,66	(1), (4)		5,00	0,46	6,48	(1), (2)		5,00	0,00	7,74	(1)		5,00	0,35	3,78	(1), (2)		7,47	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) mogoró, (8) hal, (9) diófélék, (10) szeszamag, (11) rák, (12) kén-dioxid, (13) szulfid, (14) csillagfűt, (15) puhatestűek.

2026. Július 27. – Július 31.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



31. hét



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 tejtermék (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		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					Sertés apróhús Zellerfőzelék (1),(2),(5) Banán					Csirkepaprikás (1),(2) Copfocsa tészta (1),(3) /Típegő: Főtt burgonya/ 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	362,60	13,14	1,75	17,51	40,36	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	131,66	(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 Szicíliai sonka /Tauris/ Vénusz margarin /Típegő: Sonkakrém/ Hagymás kenyér (1) Fürtös paradicsom					Gyümölcstea Házi kakaós zabkeksz (1),(2),(3) /Típegő: Baracklekvár, Vénusz margarin, Búzakenyér (1)/					Citromos tea Nosztalgia párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin /Típegő: Párizsikrém (4)/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					Gyümölcstea Gouda sajt szelet (2) Vénusz margarin /Típegő: Sajtkrém/ (2) Búzakenyér (1) Póréhagyma					Rooibos tea Csirkehúsos zöldségkrém (2),(6) Búzakenyér (1) Kaliforniai paprika					
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	189,30	5,35	1,55	7,20	25,40	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	10,38	(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

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) csillagfűt, (14) puhatestűek.

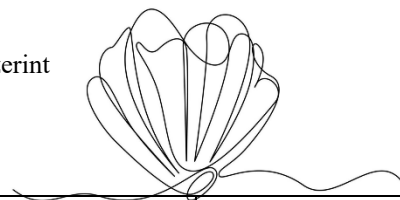
2026. Augusztus 03. – Augusztus 08.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



32. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK																									
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) Borjómájás /Pick/ (2),(4) Német zsemle (1) Fürtös paradicsom					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	254,60					11,13	2,74	9,61	27,45	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	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 /Típegő: Burgonyapüré (2)/ Alma					Párolt csirkemell Harmónia főzelék (1),(2) Körte					Raguleves (1),(2),(5) Túrós pite (1),(2),(3) /Típegő: Sertés apróhús, Kertészfőzelék (1),(2),(5) Alma/					Pulykafasírt (1),(3) Cukkinifőzelék (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																
UZSONNA	Rooibos tea Mozzarella sajt szelet (2) Vénusz margarin /Típegő: Mozzarella sajtkrém/ Német zsemle (1) Koktélpáradicsom					Gyümölcsstea Sertéspárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin /Típegő: Párizsikrém (4)/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					Citromos tea Házi tökmagvas csirkehúskrém (6) Búzakenyér (1) Tricolor paprika					Gyümölcsstea Debreceni sonka /Kaiser/ Vénusz margarin /Típegő: Sonkakrém/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Jégcsapretek					Tej (2) Chocapic gabonapehely (1) /Típegő: Baracklekvár, Vénusz margarin Búzakenyér (1)/																									
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)					218,80	8,13	3,95	8,00	26,66	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	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), (2)		4,98	0,00	180,00																

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

2026. Augusztus 10. – Augusztus 14.

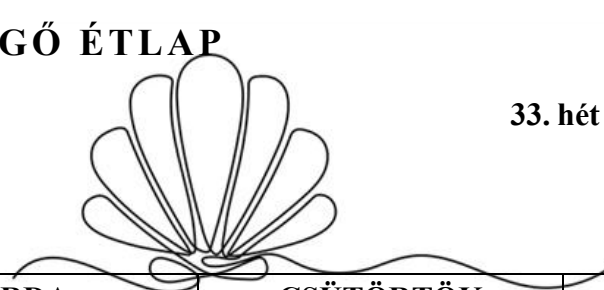
GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

33. 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	Tej (2) Baracklekvár Vénusz margarin Német zsemle (1)					Tej (2) Lencsekrém (6) Kiskifli (1),(2) Koktélpáradicsom					Gyümölcs tea Tonhalkrém (6),(8) /Rio Mare/ Búzákenyér (1) Vajretek					Tej (2) Házi csirkemájkrém (6) Német zsemle (1) Tricolor paprika					Tej (2) Kapros túrókrém (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Páradicsom				
	Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	241,00	7,90	1,09	7,28	34,29	192,00	4,91	0,11	7,93	27,04	220,10	9,41	1,09	7,43	24,25	239,30	8,52	1,09	10,50	29,36	225,40	7,33	0,70	10,20
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		0,00	0,02	180,00	(1), (2), (6)		0,00	0,52	186,69	(1), (6), (8)		5,00	0,21	5,15	(1),(2),(6)		0,00	1,02	207,35	(1), (2)		0,00	0,10	200,30
TÍZÓRAI	Házi trópusi tejtermék (2)					Almalé /Happy Day 100%/					Házi málnás smoothie (2)					Őszibaracklé /Sió/					Actimel (2)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	104,10	4,20	0,00	4,50	12,05	69,00	0,15	0,00	0,15	16,95	136,10	4,35	0,00	5,10	17,78	51,00	0,00	0,00	0,00	11,85	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	Főtt tojás (3) Sóskamártás (1),(2) Főtt burgonya Banán					Pulykafasírt (1),(3) Páradicsomos káposzta főzelék (1) Görögdiinnye					Tarhonyás hús (1),(3) Céklacsík saláta /Bonduelle/ /Tipegő: Sertés apróhús, Céklafőzelék (1),(2)/ Banán					Párolt csirkemell filé Royalfőzelék (1),(2) Alma					Zöldséges-csirkés kuskusz (1) Csemege uborka (6) /Tipegő: Csirkepecsenye, Mexikói főzelék (1),(2)/ Görögdiinnye				
	Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	446,30	16,10	2,38	20,71	54,58	336,30	14,73	0,00	13,24	34,64	371,20	9,90	0,02	16,32	50,43	212,40	4,87	0,08	20,63	17,43	292,70	8,80	0,03	17,83
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)		5,00	1,09	261,51	(1), (3)		5,00	1,57	51,91	(1), (3)		0,00	1,14	104,15	(1), (2)		0,00	1,51	111,19	(1), (6)		0,00	1,47	9,23
UZSONNA	Rooibos tea Zöldfűszeres vajkrém /Hajdú/ (2) Búzákenyér (1) Kígyóuborka					Citromos tea Borjúpárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin /Tipegő: Párizsikrém (4)/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Tej (2) Nesquik kakaós gabonapehely (1) /Tipegő: Baracklekvár, Búzákenyér (1)/					Citromos tea Selyemsonka /Sága/(2) Vénusz margarin /Tipegő: Sonkakrém (2)/ Hagymás kenyér (1) Póréhagyma					Gyümölcs tea Mozzarella sajt szelet (2) Vénusz margarin /Tipegő: Mozzarella sajtkrém/ Kiskifli (1),(2) Kígyóuborka				
	Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	184,50	6,58	4,19	4,95	24,68	169,40	4,22	1,29	5,00	26,24	161,80	5,22	0,00	6,26	21,69	190,80	5,28	1,55	7,08	26,85	194,30	7,96	3,92	7,53
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		5,00	0,14	6,48	(1), (4)		5,00	0,33	5,18	(1), (2)		0,00	0,00	180,00	(1), (2)		5,00	0,56	7,74	(1), (2)		5,00	0,32	6,48

Egysített 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) szezám, (11) rák, (12) kén-dioxid, (13) szulfid, (14) csillagfű, (15) puhatestűek.

2026. Augusztus 17. – Augusztus 19.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

34. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK					
REGGELI	Tej (2) Csurgatott méz Vénusz margarin Kiskifli (1),(2)					Tej (2) Házi tökmagvas pulykahúskrém (6) Német zsemle (1) Paradicsom					Tej (2) Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin /Típegő: Tojáskrém/ Búzakenyér (1) Póréhagyma					Augusztus 20-21 										
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	205,30	7,74	1,06	6,77	26,68	282,80	13,39	2,04	10,48	28,19	245,40	10,20	1,09	12,33											25,92
	Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		3,50	0,02	180,00	(1), (2), (6)		0,00	0,05	186,51	(1), (2), (3)		0,00	0,02											191,96
TÍZÓRAI	Házi banános tejturmix (2)					Multivitamin /HohesC 100%/					Házi szamócás smoothie (2)															
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	120,10	4,20	0,00	4,50	15,43	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	144,60	3,55	0,00	4,15	22,96											
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											
EBÉD	Halrudacska sütőben sütve /100%-os színfiléből/ (1),(8) /Típegő: Párolt tonhal (8)/ Zöldborsófőzelék (1),(2) Görögdinnye					Pulyka apróhús Tökfőzelék (1),(2) Alma					Palócgulyás leves (1),(2),(5) Meggyes-mákos kevert sütemény (1),(2),(3),(12) /Típegő: Párolt sertéscomb, Zöldbabfőzelék (1),(2), Alma/															
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	355,50	15,50	0,54	16,31	32,47	303,60	14,51	2,80	14,83	26,09	507,70	24,79	4,20	15,91	52,75										
	Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (8)		0,00	1,21	91,52	(1), (2)		0,00	1,00	97,74	(1),(2),(3),(5),(12)		17,50	1,03	181,01										
UZSONNA	Rooibos tea Kockasajt /Medve/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Gyümölcstea Magyaros vajkrém /Hajdú/ (2) Búzakenyér (1) Kígyóborka					Citromos tea Nosztalgia párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin /Típegő: Párizsikrém (4)/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Vajretek															
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	183,40	5,07	2,60	5,75	27,08	164,70	4,32	2,69	5,06	24,55	198,80	7,36	0,95	5,12	26,18										
	Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		5,00	0,40	89,18	(1), (2)		5,00	0,17	6,48	(1), (4)		5,00	0,02	3,78										

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

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

2026. Augusztus 24. – Augusztus 28.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



35. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Tej (2) Teavaj /Ammerland/ (2) Vajas kalács (1),(2),(3)					Tej (2) Borjómájás /Pick/ (2),(4) Kiskifli (1),(2) Fürtös paradicsom					Tej (2) Lazackrém (6),(8) /Rio Mare/ Búzakenyér (1) Vajretek					Tej (2) Tepsis bundás kenyér (1),(2),(3) /Tipegő: Tojáskrém (3),(6), Búzakenyér (1)/ Zöldpaprika					Tej (2) Padlizsánkrém (3),(6) Német zsemle (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	265,40	13,00	0,00	8,18	28,70	170,90	5,20	0,19	6,98	22,72	242,40	10,33	1,42	10,56	25,89	339,90	17,38	2,94	11,72	27,56	260,90	12,07	2,05	7,87	29,51
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)		0,80	0,35	203,30	(1), (2), (4)		0,00	0,04	181,80	(1), (2), (6), (8)		0,00	0,02	180,00	(1), (2), (3)		0,00	0,71	334,37	(1), (2), (3), (6)		0,00	0,07	187,19
TÍZÓRAI	Actimel (2)					HohesC Plus Fókusz Gyümölcslé 100%-os					Házi trópusi tejtermix (2)					Sió Alma-Körte					Házi málnás smoothie (2)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	76,00	1,50	0,00	2,80	12,00	66,00	0,00	0,00	0,00	15,00	104,10	4,20	0,00	4,50	12,05	51,00	0,00	0,00	0,00	12,15	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	Sajtropogós (1),(2),(3) Brokkolifőzelék (1),(2) Görögdinnye					Csirke apróhús Cékla-főzelék (1),(2) Alma					Bolognai ragu (2),(5) Rövidcső tészta (1),(3) /Tipegő: Sertés apróhús, Burgonyapüré (2)/ Banán					Pulyka apróhús Mexikói-főzelék (1),(2) Görögdinnye					Sertéspecsenye Saláta-főzelék (1),(2) Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	331,70	14,27	0,85	16,31	32,91	221,90	5,10	0,00	17,05	25,16	245,30	14,86	29,16	20,34	25,05	312,90	13,84	1,40	14,86	28,03	275,00	11,91	0,70	18,32	27,19
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)		0,00	1,44	240,01	(1), (2)		0,00	0,98	104,79	(1), (2), (3), (5)		0,00	0,70	213,70	(1), (2)		0,00	1,01	100,07	(1), (2)		0,00	1,49	91,52
UZSONNA	Rooibos tea Csicseriborsókrém (6) Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Gyümölcstea Borjúpárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin /Tipegő: Párizsikrém (4)/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Citromos tea Fokhagymás vajkrém /Hajdú/ (2) Német zsemle (1) Póréhagyma					Gyümölcstea Csirkemellsonka /Efef/ Vénusz margarin /Tipegő: Sonkakrém/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélparadicsom					Tej (2) Cini-minis gabonapehely (1) /Tipegő: Baracklekvár, Vénusz margarin, Búzakenyér (1)/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	160,70	0,89	0,14	5,56	28,90	208,00	8,26	2,67	5,58	26,22	158,60	3,31	0,14	3,37	27,01	179,50	4,50	0,95	6,28	26,80	210,00	7,29	0,33	6,33	29,07
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (6)		5,00	0,52	7,66	(1), (4)		5,00	0,46	6,48	(1), (2)		5,00	0,00	7,74	(1)		5,00	0,35	3,78	(1), (2)		7,47	0,00	180,00

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) csillagfűt, (14) puhatestűek.

2026. Augusztus 31. – Szeptember 04.

GYERMEK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

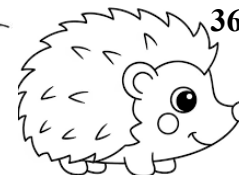
36. hét



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) Szamócalekvár Vénusz margarin Német zsemle (1)					Tej (2) Sült paprikakrém Búzakenyér (1) Póréhagyma					Tej (2) Snidlinges tojáskrém (3),(6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Jégcsapretek					Tej (2) Házi tökmagvas csirkehúskrém (6) Kiskifli (1),(2) Zöldpaprika					Tej (2) Natúr vajkrém /Hajdú/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka				
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	230,70	7,91	1,09	7,25	31,89	202,30	4,89	0,14	9,84	28,95	239,40	9,71	0,95	9,74	28,16	249,30	11,96	2,01	10,79	23,96	248,00	11,26	0,00	8,12
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		0,00	0,02	180,00	(1), (2)		0,00	0,20	192,41	(1), (2), (3), (6)		0,00	0,11	188,46	(1), (2), (6)		0,00	0,05	184,94	(1), (2)		0,00	0,00	182,70
TÍZÓRAI	Házi barackos tejtermix (2)					Exotic Mix Gyümölcslé /Happy Day 100%/					Házi szamócás smoothie (2)					Multivitamin /Sió 100%/					Házi banános tejtermix (2)				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	115,10	4,22	0,00	4,73	15,33	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	144,60	3,55	0,00	4,15	22,96	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	120,10	4,20	0,00	4,50	15,43
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)	1,00		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	Rakott royal (1),(2) /Típegő: Párolt csirkemell, Royalfőzelék (1),(2)/ Körte					Sertés apróhús Cukkínifőzelék (1),(2) Görögdinnye					Paradicsomos pulykahúsgombóc (1),(3) Főtt burgonya Őszibarack					Májgaluskaleves (1),(3),(5) Barackos pite (1),(2),(3) /Típegő: Reszelt máj, Főtt burgonya, Alma/					Halpogácsa (1),(3),(8) Harmónia főzelék (1),(2) Banán				
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	384,10	14,20	2,95	22,73	37,62	260,20	14,48	2,38	17,62	23,89	295,50	4,32	0,00	13,29	47,62	396,70	10,31	3,36	17,57	56,21	291,20	7,33	0,03	13,93
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	1,32		234,45	(1), (2)	0,00		1,49	100,37	(1), (3)	5,00		1,08	21,97	(1),(2),(3),(5)		11,25	0,12	102,85	(1),(2),(3),(8)		0,00	1,47	107,73
ÜZSONNA	Citromos tea Sült karaj sonka /Kométa/ Vénusz margarin /Típegő: Sonkakrém/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélpáradicsom					Rooibos tea Gouda sajt szelet (2) Vénusz margarin /Típegő: Gouda sajtkrém/ Kiskifli (1),(2) Kaliforniai paprika					Gyümölcstea Sertéspárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin /Típegő: Párizsikrém (4)/ Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Rooibos tea Juhtúrós körözött (2) Búzakenyér (1) Paradicsom					Citromos tea Dörmi kismackó /Györi édes/ (1),(2),(3),(4)				
	Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	173,00	4,78	0,95	4,13	26,66	208,50	8,98	4,36	7,76	22,32	194,40	6,98	2,49	6,98	24,08	172,80	4,01	1,54	6,47	24,68	146,30	4,80	0,00	1,91
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,11		3,78	(1), (2)	5,00		0,42	6,58	(1), (4)	5,00		0,02	6,48	(1), (2)	5,00		0,11	43,95	(1),(2),(3),(4)		5,00	0,00	3,78

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) csillagfűt, (14) puhatestűek.