

2026. Július 06. – Július 10.

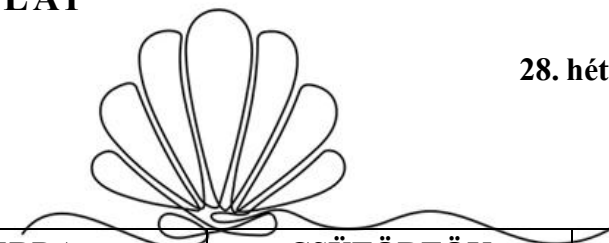
BANÁNMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

28. hét



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/ Búzakenyér (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	28,01
	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 Alma					Pulykafasírt (1),(3) Páradicsomos káposzta főzelék (1) Görögdinnye					Tarhonyás hús (1),(3) Céklacsík saláta /Bonduelle/ Alma					Párolt csirkemell filé Royalfőzelék (1),(2) Alma					Zöldséges-csirkés kuskusz (1) Csemege uborka (6) Görögdinnye					
	Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	413,70	16,10	2,38	21,04	46,96	336,30	14,73	0,00	13,24	34,64	338,70	9,90	0,02	16,64	42,81	212,40	4,87	0,08	20,63	17,43	292,70	8,80	0,03	17,83	32,35
	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) Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Citromos tea Borjúpárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Tej (2) Nesquik kakaós gabonapehely (1)					Citromos tea Selyemsonka /Sága/(2) Vénusz margarin Hagymás kenyér (1) Póréhagyma					Gyümölcs tea Mozzarella sajt szelet (2) Vénusz margarin 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	21,65
	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.

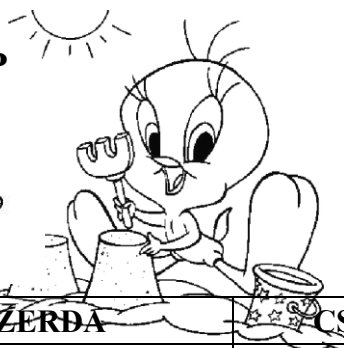
2026. Július 13. – Július 17.

BANÁNMENTES ÉTLAP

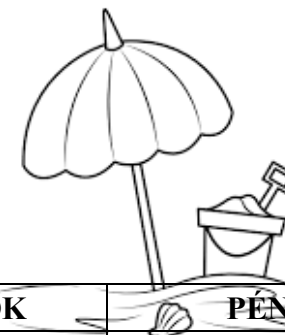
Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített 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 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) Kígyóuborka					
	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 almás tejturmix (2)					Narancslé /HohesC 100%/					Házi szamócás smoothie (2)					Sió Meggy-Szilva-Alma					Házi barackos tejturmix (2)					
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	118,50	4,20	0,00	4,68	15,20	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)	5,00		0,00	182,48	-	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	Halrudacska sütőben sütvé /100%-os színfiléből/ (1),(8) Zöldborsófőzelék (1),(2) Görögdinnye					Pulyka apróhús Tökfőzelék (1),(2) Alma					Palócgulyás leves (1),(2),(5) Meggyes-mákos kevert sütemény (1),(2),(3),(12)					Májpuffancs (1),(3) Karfiolfőzelék (1),(2) Alma					Lecsós sertéskaraj Párolt basmati rizs Görögdinnye					
	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	246,60	8,18	2,83	15,76	25,93	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	139,01	-	0,00	1,47	82,75	
UZSONNA	Rooibos tea Kockasajt /Medve/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Gyümölcstea Magyaros vajkrém /Hajdú/ (2) Búzakenyér (1) Kígyóuborka					Citromos tea Nosztalgia párizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Vajretek					Gyümölcstea Feketeszederlekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rooibos tea Pannónia sajt szelet (2) Vénusz margarin 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

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 20. – Július 24.

BANÁNMENTES ÉTLAP

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) 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) 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 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		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) Alma					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	421,80	14,86	29,16	20,66	17,44	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	157,77	(1), (2)		0,00	1,01	100,07	(1), (2)		0,00	1,49
UZSONNA	Rooibos tea Csicseriborsókrém (6) Búzákenyér (1) Kígyóuborka					Gyümölcstea Borjúpárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Citromos tea Fokhagymás vajkrém /Hajdú/ (2) Német zsemle (1) Póréhagyma					Gyümölcstea Csirkemellsonka /Efef/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélparadicsom					Tej (2) Cini-minis gabonapehely (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) szezám, (11) rák, (12) kén-dioxid, (13) szulfid, (14) csillagfű, (15) puhatestűk.

2026. Augusztus 31. – Szeptember 04.

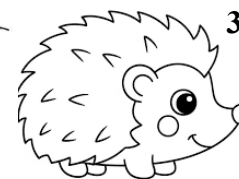
BANÁNMENTES ÉTLAP

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	<i>Százszorszép Bölcsőde Nyitás 2026.09.01.</i> 	Tej (2) Sült paprikakrém Búza kenyér (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 cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		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 28,28
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(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		Exotic Mix Gyümölcslé /Happy Day 100%/	Házi szamócas smoothie (2)	Almalé /Sió 100%/	Házi almás tejtermék (2)
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		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 16,95	118,50 4,20 0,00 4,68 15,20
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		- 0,00 0,00 0,00	(2) 6,00 0,00 183,55	- 0,00 0,00 0,00	(2) 5,00 0,00 182,48
EBÉD		Sertés apróhús Cukkínifőzelék (1), (2) Görögdinnye	Paradicsomos pulykahúsgombóc (1), (3) Főtt burgonya Őszibarack	Májgaluskaleves (1), (3), (5) Barackos pite (1), (2), (3)	Halpogácsa (1), (3), (8) Harmónia főzelék (1), (2) Alma
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		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	258,60 7,33 0,03 14,26 25,03
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(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 51,79
UZSONNA		Rooibos tea Gouda sajt szelet (2) Vénusz margarin Kiskifli (1), (2) Kaliforniai paprika	Gyümölcs tea Sertéspárizsi /Pick/ (4) Vénusz margarin Búza kenyér (1) Kígyóuborka	Rooibos tea Juhtúrós körözött (2) Búza kenyér (1) Paradicsom	Citromos tea Dörmi kismackó /Györi édes/ (1), (2), (3), (4)
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)		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 23,02
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)		(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 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) kén-dioxid, (13) szulfid, (14) csillagfű, (15) puhatestűek.