

2026. Szeptember 07. – Szeptember 11.

GYEREK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egysített Bölcsődevezető



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK					
REGGELI	Rooibos tea Feketeszederlekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Német zsemle (1)					Rooibos tea Sárgarépás lencsekrém (6) Kiskifli (1),(2) Fürtös paradicsom					Citromos tea Magyaros vajkrém /Tolle/ (2) Teljes kiörlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Gyümölcstea Házi tökmagvas pulykahúskrém (6) Német zsemle (1) Kígyóborka					Gyümölcstea Kapros túrókrém (2) Búzakenyér (1) Koktélpáradicsom					
	Energia kCal,/Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	190,60	3,69	1,09	2,84	34,61	161,00	0,87	0,14	4,24	30,34	176,50	4,83	0,00	3,67	26,81	223,80	9,17	2,04	6,21	26,94	161,20	2,65	0,84	7,18	24,98
	Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,02		3,78	(1), (2), (6)	5,00	0,52	10,47		(1), (2)	5,00	0,00	5,58		(1), (6)	5,00	0,05	11,19		(1), (2)	5,00	0,10		22,28
TÍZÓRAI	Házi trópusi tejtermék (2)					Almás mangó /Happy Day 100%/					Házi málnás smoothie (2)					Őszibaracklé /Sió/					Actimel (2)					
Energia kCal,/Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	104,10	4,20	0,00	4,50	12,05	70,50	0,75	0,00	0,75	16,50	104,10	4,35	0,00	5,10	10,41	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		180,00	-	0,00	0,00		0,00	(2)	0,00	0,00		120,00	
EBÉD	Panírozott tökehalfilé (1),(8) /Típegő: Párolt halfilé (8)/ Zöldborsófőzelék (1),(2) Banán					Párolt pulykamell Cukkínifőzelék (1),(2) Körte					Főtt tojás (3) Parajfőzelék (1),(2) Görögdinnye					Magyaros kiskagyló (1),(3) Céklacsík saláta /Típegő: Sertés apróhús, Céklafőzelék (1),(2)/ Banán					Házi zabpelyhes csirkehúsgombóc (1),(3) Karálabéfőzelék (1),(2) Alma					
	Energia kCal,/Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	364,00	12,11	0,00	15,44	41,91	280,00	14,38	2,38	15,58	30,34	240,10	11,64	0,00	13,36	17,76	358,90	11,50	0,02	18,19	41,59	366,40	5,34	1,89	23,65	53,55
	Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1),(2),(8)	0,00	0,49		146,24	(1), (2)	0,00	1,98	106,06		(1), (2), (3)	0,00	0,98	83,74		(1), (3)	0,00	0,65	84,31		(1), (2), (3)	0,00	1,49		259,71
UZSONNA	Tej (2) Pannónia sajt szelet (2) Vénusz margarin /Típegő: Sajtkrém (2)/ Teljes kiörlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Nosztalgia párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin /Típegő: Párizsikrém/ Búzakenyér (1) Kígyóborka					Tej (2) Házi pizzás csiga (1),(2),(3) /Típegő: Sonkakrém, Búzakenyér (1), Páradicsom/					Tej (2) Philadelphia krémsajt (2) Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Tej (2) Borjúmáj /Pick/ (2),(4) Kiskifli (1),(2) Póréhagyma					
	Energia kCal,/Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	293,80	13,88	4,75	13,30	28,47	245,80	11,08	1,09	10,62	25,30	317,40	11,73	0,00	16,82	34,93	216,20	7,94	0,14	9,75	25,92	216,70	9,43	2,06	8,86	23,67
	Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,17		182,80	(1), (2), (4)	0,00	0,02	182,70		(1), (2), (3)	0,50	0,21	279,69		(1), (2)	0,00	0,00		181,40		(1), (2), (4)	0,00	0,27	

Egysített 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. Szeptember 14. – Szeptember 18.

GYEREK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



38. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Macikáv (1),(2) Teavaj /Ammerland/ (2) Kalács (1),(2),(3)					Tej (2) Főtt virsli /Sága/ Kiskifli (1),(2) Ketchup /Heinz/ (5) Póréhagyma					Rooibos tea Padlizsánkrém (3),(6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Gyümölcsstea Tepsis bundás kenyér (1),(2),(3) /Tipegő: Tojáskrém (3),(6), Búzakenyér (1)/ Zöldpaprika					Tej (2) Gabonapehely (1) /Nestlé Cini Minis/ /Tipegő: Baracklekvár, Vénusz margarin, Búzakenyér (1)/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	328,00	16,41	2,78	8,34	35,59	271,40	12,79	3,39	12,38	26,10	212,50	8,25	1,91	3,78	28,11	281,10	13,17	2,94	13,45	25,64	211,10	7,30	0,33	6,36	29,30
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	5,00	0,00		182,50	(1), (2), (5)	0,00	0,98		183,96	(1), (3), (6)	5,00	0,07	10,07		(1), (2), (3)	5,00	0,71		159,55	(1), (2)	7,47	0,00		180,00
TÍZÓRAI	Házi banános 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)	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
EBÉD	Pulyka fasírt (1),(3) Kapros tökfőzelék (1),(2) Alma					Sült sertéskaraj Paradicsomos káposztafőzelék (1) Körte					Daragaluskaleves (1),(3),(5) Almás kevert sütemény (1),(3) /Tipegő: Csirke apróhús, Sárgarépa-főzelék (1),(2), Alma/					Csirkepecsenye Cékla-főzelék (1),(2) Banán					Csőbensült karfiol (1),(2),(3) /Tipegő: Párolt csirkemell, Karfiolfőzelék (1),(2)/ Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	327,50	14,20	2,80	14,41	33,65	345,90	15,01	0,00	15,94	32,61	419,80	18,02	0,00	8,70	51,37	254,50	5,10	0,00	16,72	32,77	328,70	15,96	1,40	22,57	22,36
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)		0,00	1,59	100,29	(1)		5,00	1,47	60,01	(1), (3), (5)	16,67	1,10	82,87		(1), (2)		0,00	0,98	160,72	(1), (2), (3)	0,00	1,16		201,61
UZSONNA	Gyümölcsstea Gouda sajt szelet Vénusz margarin /Tipegő: Gouda sajtkrém (2)/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					Citromos tea Tonhalkrém /Rio Mare/ (6),(8) Német zsemle (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Tavaszi túrókrém (2) Búzakenyér (1) Vajretek					Tej (2) Pulykamell sonka /Kométa/ Vénusz margarin /Tipegő: Sonkakrém/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélparadicsom					Citromos tea Zöldfűszeres vajkrém /Tolle/ (2) Német zsemle (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	231,00	9,46	4,25	8,48	26,16	241,40	10,78	1,97	6,98	27,21	233,70	7,58	1,33	12,02	28,16	241,20	8,58	0,95	12,02	28,49	187,50	6,70	4,19	3,32	26,80
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)		5,00	0,42	6,48	(1), (6), (8)		5,00	0,20	7,95	(1), (2)		0,00	0,11	210,63	(1), (2)		0,00	0,02	180,00	(1), (2)	5,00	0,14		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) csillagfürt, (14) puhatestűek.

2026. Szeptember 21. – Szeptember 25.

GYEREK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP



39. hét



Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető

ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Rooibos tea Áfonyalekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Gyümölcsstea Házi csicseriborsókrém (6) Kiskifli (1),(2) Koktélpáradicsom					Citromos tea Juhtúrós körözött (2) Német zsemle (1) Póréhagyma					Gyümölcsstea Házi csirkemájkrém (6) Búzakenyér (1) Jégcsapretek					Rooibos tea Natúr vajkrém /Tolle/ (2) Hagymás kenyér (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	192,00	3,64	1,09	4,49	33,14	142,00	0,87	0,11	3,52	26,55	176,20	4,14	1,54	5,11	27,55	180,20	4,20	1,09	7,78	25,86	213,00	9,26	0,60	4,40	26,50
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		5,00	0,02	3,78	(1), (2), (6)		5,00	0,52	7,66	(1), (2)		5,00	0,11	46,11	(1), (6)		5,00	1,02	34,80	(1), (2)		5,00	0,00	6,48
TÍZÓRAI	Actimel (2)					HohesC Plus Fókusz Gyümölcslé 100%-os					Házi trópusi tejturmix (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	104,10	4,35	0,00	5,10	10,41
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2)		0,00		120,00	-		0,00		0,00	(2)		1,00	0,00	180,00	-		0,00		0,00	(2)		1,00		180,00
EBÉD	Rakott halas hercegnő burgonya (1),(2),(8) /Típegő: Párolt hal (8), Burgonyapüré (2)/ Körte					Főtt pulykamell Vadas mártás (1),(2),(5),(6) Copfocska tészta (1),(3) /Típegő: Főtt burgonya/ Banán					Párolt csirkemell Brokkolifőzelék (1),(2) Alma					Rizses hús Csemege uborka (6) /Típegő: Sertés apróhús, Burgonyapüré (2)/ Szilva					Csirkepecsenye Kelkáposztafőzelék (1) Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	341,60	16,83	0,00	12,64	34,00	497,40	14,52	2,80	21,90	66,46	224,40	4,87	0,82	20,71	21,43	374,10	10,54	0,00	16,84	53,36	259,20	8,79	0,00	17,58	25,10
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(2), (8)		0,00	1,04	91,35	(1),(2),(3),(5),(6)		3,00	3,01	159,31	(1), (2)		0,00	2,02	62,84	(6)		0,00	0,98	56,36	(1)		0,00		56,17
UZSONNA	Tej (2) Sertés párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin /Típegő: Párizsikrém/ Német zsemle (1) Kígyóuborka					Tej (2) Reszelt sajtkrém (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Tej (2) Házi kakaós zabkeksz (1),(2),(3) /Típegő.: Baracklekvár, Vénusz margarin, Búzakenyér (1)/					Tej (2) Kemencés sonka /Kométa/ Vénusz margarin /Típegő: Sonkakrém/ Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Tej (2) Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin /Típegő: Tojáskrém (3),(6)/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	243,30	10,45	2,14	9,14	27,55	268,10	12,17	0,95	11,49	27,76	340,00	15,62	0,00	10,19	39,23	232,60	8,40	1,33	12,44	25,25	254,40	10,68	0,95	11,12	28,49
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (4)		0,00	0,02	182,70	(1), (2)		0,00	0,17	271,40	(1), (2), (3)		11,00	0,03	196,60	(1), (2)		0,00	0,38	181,80	(1), (2), (3)		0,00	0,02	190,80

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) csillagfürt, (14) puhatestűek.

2026. Szeptember 28. – Október 02.

GYEREK ÉS TIPEGŐ ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



40. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Kakaó /Holland/ (2) Teavaj /Ammerland/ (2) Kalács (1),(2),(3)					Rooibos tea Lazackrém /Rio Mare/ (6),(8) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					Citromos tea Snidlinges tojáskrém (3),(6) Búzakenyér (1) Tricolor paprika					Gyümölcstea Házi tökmagvas sertéshúskrém (6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Rooibos tea Fokhagymás vajkrém /Tolle/ (2) Búzakenyér (1) Kígyóuborka				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	346,30	17,80	2,78	9,80	35,61	192,90	6,61	1,28	4,88	26,79	175,00	5,03	1,09	6,51	24,36	229,50	9,31	1,90	6,53	26,96	152,40	3,16	0,14	4,86	24,32
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (3)	5,00	0,00	242,50		(1), (6), (8)	5,00	0,02	6,48		(1), (3), (6)	5,00	0,11	8,58		(1), (6)	5,00	0,05	10,31		(1), (2)	5,00	0,00	6,48	
TÍZÓRAI	Házi banános tejturmix (2)					Exotic Mix Gyümölcsle /Happy Day 100%/					Szamócás smoothie (2)					Almalé /Sió 100%/					Házi barackos tejturmix (2)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	120,10	4,20	0,00	4,50	15,43	73,50	0,00	0,00	0,00	16,50	144,60	3,55	0,00	4,15	22,96	89,00	0,10	0,00	0,10	21,50	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	Reszelt sajt (2) Finomfőzelék (1),(2) Körte					Sertéssült Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Szilva					Pulykaraguleves (1),(2),(5) Túrós-barackos kevert sütemény (1),(2),(3) /Tipegő: Pulyka apróhús, Kertészfőzelék (1),(2),(5) Alma/					Csöbentsült royal (1),(2),(3) /Tipegő: Párolt csirkemell, Royalfőzelék (1),(2)/ Banán					Májpuffancs (1),(3) Kínai fűzelék (1) Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	272,80	9,15	0,00	13,58	32,84	438,50	15,13	0,00	17,61	51,61	551,00	24,63	7,00	20,77	58,61	357,70	16,08	2,25	18,45	31,94	248,70	7,71	0,03	13,73	29,69
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2)	0,00	0,79	230,02		(1)	5,00	1,97	38,22		(1),(2),(3),(5)	27,50	1,04	130,71		(1),(2),(3)	0,00	1,24	165,30		(1), (3)	0,00	0,98	36,64	
UZSONNA	Tej (2) Baromfi párizsikrém (4) /Finomino/ Búzakenyér (1) Koktélpáradicsom					Tej (2) Gabonapehely (1) /Nestlé Chocapic/ /Tip.: Baracklekvár, Vénusz margarin, Búzakenyér (1)/					Tej (2) Mozzarella sajt szelet (2) Vénusz margarin /T.: Mozzarella sajtkrém (2)/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Tej (2) Sült csülök /Kométa/ Vénusz margarin /Tipegő: Csülökrém/ Német zsemle (1) Zöldpaprika					Tej (2) Csurgatott méz Vénusz margarin Kiskifli (1),(2)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	252,60	11,20	2,29	11,22	26,09	161,80	5,22	0,00	6,26	21,68	280,00	12,68	3,81	12,64	27,57	237,20	9,12	1,09	10,71	27,51	205,30	7,74	1,06	6,77	26,68
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (2), (4)	0,00	0,42	180,00		(1), (2)	0,00	0,00	180,00		(1), (2)	0,00	0,32	181,80		(1), (2)	0,00	0,56	181,40		(1), (2)	3,50	0,02	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, szulfid, (13) csillagfű, (14) puhatestűek.