

2026. Szeptember 07. – Szeptember 11.

PARADICSOMMENTES ÉTLAP

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 Feketeszederlekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Német zsemle (1)					Rooibos tea Sárgarépás lencsekrém (6) Kiskifli (1),(2) Zöldpaprika					Citromos tea Magyaros vajkrém /Tolle/ (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Gyümölcs tea Házi tökmagvas pulykahúskrém (6) Német zsemle (1) Kígyóborka					Gyümölcs tea Kapros túrókrém (2) Búzakenyér (1) Vajretek				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	190,60	3,69	1,09	2,84	34,61	141,60	0,75	0,11	4,14	26,24	176,50	4,83	0,00	3,67	26,81	223,80	9,17	2,04	6,21	26,94	159,60	2,63	0,84	7,22	24,42
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,02		3,78	(1), (2), (6)	5,00	0,52	11,87		(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 tejturmix (2)					Almás mangólé /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	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		(2)	1,00		0,00	180,00	-	0,00		0,00		(2)		0,00		120,00
EBÉD	Panírozott tökehalfilé (1),(8) Zöldborsófőzelék (1),(2) Banán					Párolt pulykamell Cukkínifőzelék (1),(2) Körte					Főtt tojás (3) Parajfőzelék (1),(2) Görögdinnye					Magyaros kiskagyló (1),(3) Céklacsík saláta Banán					Házi zabpelyhes csirkehúsgombóc (1),(3) Karábéfőzelék (1),(2) Alma				
Energia cKcal./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 Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Nosztalgia párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Búzakenyér (1) Kígyóborka					Tej (2) Sonkakrém /Kométa/ Búzakenyér (1) Vajretek					Tej (2) Philadelphia krémsajt (2) Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Tej (2) Borjómájás /Pick/ (2),(4) Kiskifli (1),(2) Póréhagyma				
Energia cKcal./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	231,60	8,08	1,09	13,26	25,61	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)		0,00	0,02	180,00	(1), (2)		0,00	0,00	181,40	(1), (2), (4)		0,00	0,27	183,96

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. Szeptember 14. – Szeptember 18.

PARADICSOMMENTES ÉTLAP

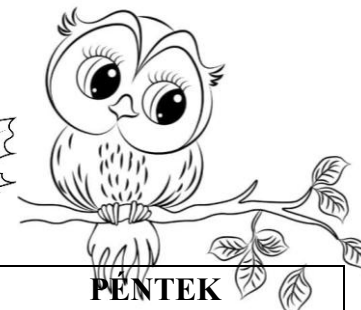
Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



38. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Macikávét (1),(2) Teavaj /Ammerland/ (2) Kalács (1),(2),(3)					Tej (2) Főtt virsli /Sága/ Kiskifli (1),(2) Mustár /Heinz/ (6) Póréhagyma					Rooibos tea Padlizsánkrém (3),(6) Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Gyümölcsstea Tepsis bundás kenyér (1),(2),(3) Zöldpaprika					Tej (2) Gabonapehely (1) /Nestlé Cini Minis/				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	328,00	16,41	2,78	8,34	35,59	261,20	12,78	3,39	12,26	23,78	209,70	8,22	1,91	3,91	28,29	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), (6)	0,00	0,80		183,96	(1), (3), (6)	5,00	0,07		10,97	(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) Kapos tökfőzelék (1),(2) Alma					Sült sertéskaraj Édeskáposztafőzelék (1),(2) Körte					Daragaluskaleves (1),(3),(5) Almás kevert sütemény (1),(3)					Csirkepecsenye Cékla-főzelék (1),(2) Banán					Csőbensült karfiol (1),(2),(3) Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	327,50	14,20	2,80	14,41	33,65	361,50	17,66	1,40	17,58	30,06	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), (2)		0,00	1,97	102,65	(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 Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóborka					Citromos tea Tonhalkrém /Rio Mare/ (6),(8) Német zsemle (1) Kaliforniai paprika					Tej (2) Tavaszi túrókrém (2) Búza kenyér (1) Vajretek					Tej (2) Pulykamell sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Póréhagyma					Citromos tea Zöldfűszeres vajkrém /Tolle/ (2) Német zsemle (1) Kígyóborka				
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	241,60	8,58	0,95	12,11	28,52	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	183,96	(1), (2)		5,00	0,14	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) mogoró, (8) hal, (9) diófélék, (10) szeszámag, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfűrt, (14) puhatestűek.

2026. Szeptember 21. – Szeptember 25.

PARADICSOMMENTES ÉTLAP



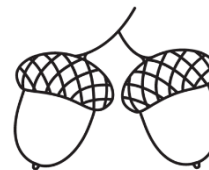
39. hét



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)					Gyümölcs tea Házi csicseriborsókrém (6) Kiskifli (1),(2) Jégcsapretek					Citromos tea Juhtúrós körözött (2) Német zsemle (1) Póréhagyma					Gyümölcs tea 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	141,70	0,86	0,11	3,51	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	11,32		(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	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		180,00
EBÉD	Rakott halas hercegnő burgonya (1),(2),(8) Körte					Főtt pulykamell Vadas mártás (1),(2),(5),(6) Copfocska tészta (1),(3) Banán					Párolt csirkemell Brokkolifőzelék (1),(2) Alma					Rizses hús Csemege uborka (6) 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		0,98	56,17
UZSONNA	Tej (2) Sertés párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Német zsemle (1) Kígyóuborka					Tej (2) Reszelt sajtkrém (2) Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Tej (2) Házi kakaós zabkeksz (1),(2),(3)					Tej (2) Kemencés sonka /Kométa/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Tej (2) Főtt tojás karika (3) Vénusz margarin 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	230,00	8,39	1,33	12,54	25,47	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 ételsoranként 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.

PARADICSOMMENTES 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) Vajretek					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	227,90	9,29	1,90	6,75	27,12	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	8,51		(1), (2)	5,00	0,00	6,48	
TÍZÓRAI	Házi banános tejturmix (2)					Exotic Mix Gyümölcslé /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 Burgonyafőzelék (1),(2) Szilva					Pulykaraguleves (1),(2),(5) Túrós-barackos kevert sütemény (1),(2),(3)					Csöbentsült royal (1),(2),(3) Banán					Májpudding (1),(3) Kínai fűszerezés (1) Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	272,80	9,15	0,00	13,58	32,84	380,10	14,95	2,80	18,74	39,67	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),(2)	0,00	1,49	97,48		(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) Zöldpaprika					Tej (2) Gabonapehely (1) /Nestlé Chocapic/					Tej (2) Mozzarella sajt szelet (2) Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					Tej (2) Sült csülök /Kométa/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Zöldpaprika					Tej (2) Csurgatott méz Vénusz margarin Kiskifli (1),(2)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	250,00	11,19	2,29	11,14	25,59	161,80	5,22	0,00	6,26	21,68	277,20	12,66	3,81	12,77	27,75	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	181,40		(1), (2)	0,00	0,00	180,00		(1), (2)	0,00	0,32	182,70		(1), (2)	0,00	0,56	181,40		(1), (2)	3,50	0,02	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) szeszamag, (11) rák, (12) kén-dioxid, szulfid, (13) csillagfű, (14) puhatestűek.