

2026. Szeptember 14. – Szeptember 18. TEJFEHÉRJE-, ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

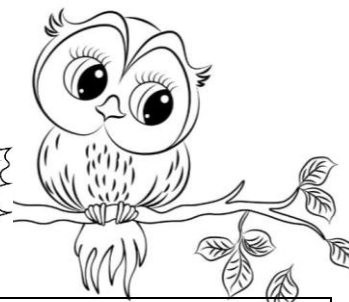
Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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 rizstejjel (1) Baracklekvár Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rizsital /Alpro/ Főtt virsli /Sága/ Búzakenyér (1) Ketchup /Heinz/ (5) Póréhagyma					Rooibos tea Padlizsánkrém (6) /Tojásmentes/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Gyümölcs tea Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Zöldpaprika					Rizsital /Alpro/ Gabonapehely (1) /Nestlé Cini Minis/				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	310,00	5,70	1,09	4,81	59,05	332,00	10,71	3,42	10,29	47,99	179,60	4,64	0,95	3,75	27,99	203,00	7,39	1,09	4,55	27,64	253,10	5,20	0,33	2,22	48,85
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	5,00	0,02		240,00	(1), (5)		0,00	0,98	243,96	(1), (6)		5,00	0,02	14,97	(1)		5,00	0,02	5,18	(1)		7,47	0,00	240,00
TÍZÓRAI	Házi banános rizstejturmix					Narancslé /HohesC 100%/					Házi szamócás rizstejjel					Sió Meggy-Szilva-Alma					Házi barackos rizstejturmix				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	123,70	1,05	0,00	0,18	27,68	69,00	0,15	0,00	0,15	18,00	153,40	1,36	0,00	0,63	33,71	54,00	0,00	0,00	0,00	13,35	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	Pulyka fasírt (1) /Tojásmentes/ Kapos tökfőzelék (1) /Alpro Rizsital/ Alma					Sült sertéskaraj Paradicsomos káposztafőzelék (1) Körte					Zöldségleves (5) Almás rizstejberizs					Csirkepecsenye Cékla főzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Banán					Csőbensült karfiol (1) /Alpro Rizsital/ Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	303,10	9,93	0,00	13,08	38,59	345,90	15,01	0,00	15,94	32,61	369,50	8,14	0,00	6,79	69,57	258,00	4,22	0,00	15,31	37,07	257,00	8,75	1,90	16,44	26,50
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		0,00	2,06	109,49	(1)		5,00	1,47	60,01	(5)		5,00	1,08	228,32	(1)		0,00	0,98	160,72	(1)		0,00	1,01	108,21
UZSONNA	Gyümölcs tea Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kígyóuborka					Citromos tea Tonhalkrém /Rio Mare/ (6), (8) Német zsemle (1) Kaliforniai paprika					Rizsital /Alpro/ Növényi sajtkrém /Violife/ Búzakenyér (1) Vajretek					Rizsital /Alpro/ Pulykamell sonka /Kométa/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Koktélparadicsom					Citromos tea Sonkakerém /Efef/ Német zsemle (1) Kígyóuborka				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	210,80	7,86	0,95	3,38	29,92	241,40	10,78	1,97	6,98	27,21	302,20	9,48	1,09	4,92	48,56	283,20	6,48	0,95	7,88	48,04	177,20	4,00	1,09	7,15	26,31
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		5,00	0,02	6,48	(1), (6), (8)		5,00	0,20	7,95	(1)		0,00	0,02	240,00	(1)		0,00	0,02	240,00	(1)		5,00	0,02	6,48

Egyesített bölcsődevezető

Dietetikus

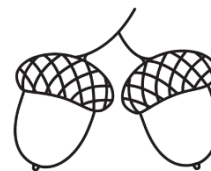
Az étrend az ételsoroként megjelölt allergéneket tartalmazza: (1) glutén, (2) tej, (3) tojás, (4) szója, (5) zeller, (6) mustár, (7) mogoró, (8) hal, (9) diófélék, (10) szeszamag, (11) rák, (12) kéndioxid, szulfid, (13) csillagfürt, (14) puhatestűek.

2026. Szeptember 21. – Szeptember 25. TEJFEHÉRJE-, ÉS TOJÁSMENTES ÉTLAP

Az étlapmódosítás jogát fenntartjuk!

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

Egyesített Bölcsődevezető



39. hét



ÉTKEZÉSEK	HÉTFŐ					KEDD					SZERDA					CSÜTÖRTÖK					PÉNTEK				
REGGELI	Rooibos tea Áfonyalekvár /Kecskeméti/ Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Gyümölcsstea Házi csicseriborsókrém (6) Búzakenyér (1) Koktélpáradicsom					Citromos tea Növényi sajtkrém /Violife/ Német zsemle (1) Póréhagyma					Gyümölcsstea Házi csirkemájkrém (6) Búzakenyér (1) Jégcsapretek					Rooibos tea Sonkakrém /Efef/ Hagymás kenyér (1) Kígyóuborka				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	192,00	3,64	1,09	4,49	33,14	160,70	0,89	0,14	5,56	28,90	209,00	7,53	1,09	3,09	30,29	180,20	4,20	1,09	7,78	25,86	184,20	4,56	1,55	8,14	25,92
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)		5,00	0,02	3,78	(1), (6)	5,00	0,52	7,66		(1)	5,00	0,02	7,74		(1), (6)	5,00	1,02	34,80		(1)	5,00	0,02	6,48	
TÍZÓRAI	Házi banános rizstejturmix					HohesC Plus Fókusz Gyümölcslé 100%-os					Házi trópusi rizstejturmix					Sió Alma-Körte					Házi málnás rizstejjel				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	130,60	1,58	0,00	0,27	28,33	66,00	0,00	0,00	0,00	15,00	130,60	1,58	0,00	0,27	28,95	51,00	0,00	0,00	0,00	12,15	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	Rakott halas hercegnő burgonya (1),(8) /Alpro Rizsital/ Körte					Főtt pulykamell Vadás mártás (1),(5),(6) /Alpro Rizsital/ Copfocská tészta (1) /Durum, Tojásmentes/ Banán					Párolt csirkemell Brokkolifőzelék (1) /Burgonyával sűrítve/ Alma					Rizses hús Csemege uborka (6) Szilva					Csirkepecsenye Kelkáposztafőzelék (1) Alma				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	346,30	15,96	4,75	11,10	38,17	445,60	11,87	0,00	19,50	61,79	234,90	3,98	0,15	20,64	25,74	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)	(8)	0,00	1,06	91,35		(1), (5), (6)	3,00	3,01	137,49		(1)	0,00	2,01	98,84		(6)	0,00	0,98	56,36		(1)	0,00	0,98	56,17	
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Sertés párizsi /Pick/(4) Vénusz margarin Német zsemle (1) Kígyóuborka					Rizsital /Alpro/ Növényi sajtkrém /Violife/ Teljes kiőrlésű bagett (1) Zöldpaprika					Kakaós rizsital /Alpro, Holland/ Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rizsital /Alpro/ Kemencés sonka /Kométa/ Vénusz margarin Búzakenyér (1) Fürtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Teljes kiőrlésű bagett (1) Kaliforniai paprika				
Energia cKal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	295,60	9,20	2,49	5,60	47,17	309,20	9,97	0,95	3,60	50,94	265,90	5,66	1,09	4,68	48,57	274,60	6,30	1,33	8,30	44,80	313,20	9,98	0,95	3,76	51,72
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)	0,00	0,02	242,70		(1)	0,00	0,02	241,40		(1)	3,50	0,02	240,00		(1)	0,00	0,38	241,80		(1)	0,00	0,02	242,80	

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

2026. Szeptember 28. – Október 02.

TEJFEHÉRJE-, ÉS TOJÁSMENTES 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	Kakaós rizsital Baracklevár Vénusz margarin Búzakenyér (1)					Rooibos tea Lazackrém /Rio Mare/ (6),(8) Teljes kiörlésű bagett (1) Kígyóuborka					Citromos tea Sonkakrém /Efef/ Búzakenyér (1) Tricolor paprika					Gyümölcstea Házi tökmagvas sertéshúskrém (6) Teljes kiörlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Rooibos tea Növényi sajtkrém /Violife/ Búzakenyér (1) Kígyóuborka				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	279,90	5,69	1,09	4,711	51,72	192,90	6,61	1,28	4,88	26,79	176,40	3,89	1,09	8,78	24,69	229,50	9,31	1,90	6,53	26,96	202,80	7,37	1,09	4,58	27,60
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	0,02	240,00		(1), (6), (8)	5,00	0,02	6,48		(1)	5,00	0,02	3,78		(1), (6)	5,00	0,05	10,31		(1)	5,00	0,02	6,48	
TÍZÓRAI	Házi banános rizstejturmix					Exotic Mix Gyümölcslé /Happy Day 100%/					Szamócás smoothie rizstejjel					Almalé /Sió 100%/					Házi barackos rizstejturmix				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	123,70	1,05	0,00	0,18	27,68	73,50	0,00	0,00	0,00	16,50	153,40	1,36	0,00	0,63	33,71	89,00	0,10	0,00	0,10	21,50	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	Reszelt növényi sajt /Violife/ Finomfőzelék (1) /Saját anyaggal sűrítve/ Körte					Sertéssült Paradicsomos burgonyafőzelék (1) Szilva					Pulykaraguleves (1),(5) /Alpro Rizsital/ Barackos rizstejberizs					Csöbentsült royal (1) /Alpro Rizsital/ Banán					Májpuffancs (1) /Tojásmentes/ Kínai fűzelék (1) Alma				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	301,20	5,50	0,00	6,70	54,77	438,50	15,13	0,00	17,61	51,61	460,30	9,33	0,00	12,59	80,08	319,30	12,12	2,05	15,10	34,40	242,10	7,23	0,03	13,09	29,67
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1)	0,00	0,98	183,67		(1)	5,00	1,97	38,22		(1), (5)	15,00	0,40	316,37		(1), (3)	0,00	1,13	85,80		(1)	0,00	0,98	35,04	
UZSONNA	Rizsital /Alpro/ Baromfi párizsikrém (4) /Finomino/ Búzakenyér (1) Koktélpáradicsom					Rizsital /Alpro/ Gabonapehely (1) /Nestlé Chocapic/					Rizsital /Alpro/ Növényi sajt szelet /Violife/ Vénusz margarin Teljes kiörlésű bagett (1) Fürtös paradicsom					Rizsital /Alpro/ Sült csülök /Kométa/ Vénusz margarin Német zsemle (1) Zöldpaprika					Rizsital /Alpro/ Csurgatott méz Vénusz margarin Búzakenyér (1)				
Energia cKcal./Zsír/Telített Zsír/ Fe /CH (g)	294,60	9,10	2,29	7,08	45,64	203,80	3,12	0,00	2,12	41,24	311,80	9,98	0,95	3,50	50,72	279,20	7,02	1,09	6,57	47,06	265,90	5,66	1,09	4,68	48,57
Allergének/ cukor (gr)/ só (gr)/ kalcium (mg)	(1), (4)	0,00	0,42	240,00		(1)	0,00	0,00	240,00		(1)	0,00	0,02	241,80		(1)	0,00	0,56	241,40		(1)	3,50	0,02	240,00	

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, szulfit, (13) csillagfűt, (14) puhatestűek.