

Budaörs Százszorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.09.08)

Étlap 2026.09.21 - 2026.09.27

(Nem diétás menü)

Menü: 0001 Gyermekek
Korcsopor: Gyermekek 1 - 3 éves

HétfőKeddSzerdaCsütörtökPéntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimohyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfitek M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezám-mag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Reggeli				
** Tápanyag:	Gyümölcs tea (b)	Gyümölcs tea (b)	Gyümölcs tea (b)	Gyümölcs tea (b)
	EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78	EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78	EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78	EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78
* Allergén	Áfonyalekvár (b)	Csicseriborsókrém (b)	Körözött juhtúró (b)	Házi csirkemájkrém (b)
** Tápanyag:	T	M	T	M
	EN= 40,80 ZS= 0,08 TZS= 0,00 FH= 0,06 SZH= 9,60 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 31,89 ZS= 0,29 TZS= 0,00 FH= 0,94 SZH= 4,55 CK= 0,00 SÓ= 0,52 KA= 3,88	EN= 44,02 ZS= 3,41 TZS= 1,40 FH= 2,02 SZH= 1,06 CK= 0,00 SÓ= 0,11 KA= 38,37	EN= 51,84 ZS= 3,60 TZS= 0,95 FH= 3,16 SZH= 1,52 CK= 0,00 SÓ= 1,02 KA= 27,35
* Allergén	Vénusz margarin (b)	Kiskifli (b)	Német zsemle (b)	Búzakenyér (b)
** Tápanyag:	G	G,T	G	G
	EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,06 SZH= 9,60 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00	EN= 77,75 ZS= 0,54 TZS= 0,11 FH= 2,27 SZH= 15,58 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,29 SZH= 20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00
* Allergén	Búzakenyér (b)	Koktélparadicsom (b)	Póréhagyma (b)	Jégrettek (b)
** Tápanyag:	G	G	G	G
	EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 15,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 5,02 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,29 SZH= 12,05 CK= 1,00 SÓ= 0,00 KA= 3,96	EN= 4,22 ZS= 0,03 TZS= 0,00 FH= 0,19 SZH= 0,80 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 3,66
Energia (KC/KJ):	192,0 / 803,7	142,0 / 590,4	176,2 / 735,0	180,2 / 750,4
Zsír (gr):	3,64	0,87	4,14	4,20
Telített zsírsav (gr):	1,09	0,11	1,54	1,09
Fehérje (gr):	4,49	3,52	5,11	7,78
Szénhidrát (gr):	33,14	26,55	27,55	25,86
Cukor (gr):	5,00	5,00	5,00	5,00
össz.Só (gr):	0,02	0,52	0,11	1,02
Kalcium (Mgr):	3,78	7,66	46,11	34,80

Tízórai				
** Tápanyag:	Actimel (b)	HC Immun Plus 100% (b)	Házi trópusi smoothie (b)	Almás körteléb (b)
	T	T	T	T
** Tápanyag:	EN= 76,00 ZS= 1,50 TZS= 0,00 FH= 12,31 SZH= 24,28 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 120,00	EN= 66,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 15,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 104,10 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 12,05 CK= 1,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00	EN= 51,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 12,15 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00
Energia (KC/KJ):	76,0 / 318,0	66,0 / 276,0	104,1 / 435,2	51,0 / 213,0
Zsír (gr):	1,50	0,00	4,20	0,00
Telített zsírsav (gr):	0,00	0,00	0,00	0,00
Fehérje (gr):	2,80	0,00	4,50	0,00
Szénhidrát (gr):	12,00	15,00	12,05	12,15
Cukor (gr):	0,00	0,00	1,00	0,00
össz.Só (gr):	0,00	0,00	0,00	0,00
Kalcium (Mgr):	120,00	0,00	180,00	0,00

Ebéd				
** Tápanyag:	Hercegnő burgonya hal (b)	Főtt pulykamell (b)	Párolt csirkemell (b)	Rizseshús scomb (b)
	T,H	T	T	T
** Tápanyag:	EN=299,45 ZS=16,83 TZS= 0,00 FH=12,31 SZH=24,28 CK= 0,00 SÓ= 1,04 KA= 78,64	EN=104,40 ZS= 5,70 TZS= 0,00 FH=12,30 SZH= 0,24 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 7,68	EN= 94,25 ZS= 2,58 TZS= 0,00 FH=15,10 SZH= 2,04 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 8,58	EN=325,79 ZS=10,50 TZS= 0,00 FH=15,88 SZH=43,14 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 43,76
* Allergén	Körte (b)	Vadasmártás (b)	Brokkolifőzelék (b)	Csemege uborka főétk. (b)
** Tápanyag:	T	T,G,M,Z	G,T	M
	EN= 42,12 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 9,72 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,72	EN=173,11 ZS= 7,45 TZS= 2,80 FH= 4,40 SZH=20,94 CK= 3,00 SÓ= 1,05 KA= 91,24	EN=105,02 ZS= 2,29 TZS= 0,82 FH= 5,29 SZH=13,72 CK= 0,00 SÓ= 1,03 KA= 49,80	EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,24 SZH= 1,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00
* Allergén	Copfocskas tészta (b)	Alma (b)	Szilva (b)	Alma (b)
** Tápanyag:	E,G	G	G	G
	EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN=162,24 ZS= 1,37 TZS= 0,00 FH= 5,20 SZH=32,00 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 0,00	EN= 25,11 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 5,67 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 4,46	EN= 42,30 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,72 SZH= 9,18 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,60
* Allergén	Banán (b)	Banán (b)	Banán (b)	Banán (b)
** Tápanyag:	G	G	G	G
	EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 57,65 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 13,29 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 60,39	EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00
Energia (KC/KJ):	341,6 / 1429,8	497,4 / 2081,2	224,4 / 939,2	374,1 / 1565,8
Zsír (gr):	16,83	14,52	4,87	10,54
Telített zsírsav (gr):	0,00	2,80	0,82	0,00
Fehérje (gr):	12,64	21,90	20,71	16,84
Szénhidrát (gr):	34,00	66,46	21,43	53,36
Cukor (gr):	0,00	3,00	0,00	0,00
össz.Só (gr):	1,04	3,01	2,02	0,98
Kalcium (Mgr):	91,35	159,31	62,84	56,36

Budaörs Százszorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.09.08)

Étlap 2026.09.21 - 2026.09.27

(Nem diétás menü)

Menü: 0001 Gyermekek
Korcsopor: Gyermekek 1 - 3 éves

HétfőKeddSzerdaCsütörtökPéntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimohyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfitek M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezám-mag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Uzsonna

* Allergén ** Tápanyag: Tej (b) T EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=180,00	* Allergén ** Tápanyag: Tej (b) T EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=180,00	* Allergén ** Tápanyag: Tej (b) T EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=180,00	* Allergén ** Tápanyag: Tej (b) T EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=180,00	* Allergén ** Tápanyag: Tej (b) T EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=180,00
* Allergén ** Tápanyag: Pick sertés párizsi (b) S EN= 41,40 ZS= 3,40 TZS= 1,40 FH= 2,40 SZH= 0,28 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Trappista sajtkrém (b) T EN= 77,70 ZS= 6,90 TZS= 0,95 FH= 3,75 SZH= 0,17 CK= 0,00 SÓ= 0,17 KA= 90,00	* Allergén ** Tápanyag: Házi kakaós zabkeksz (b) T,G,E EN=256,00 ZS=11,42 TZS= 0,00 FH= 5,69 SZH=32,18 CK=11,00 SÓ= 0,03 KA= 16,60	* Allergén ** Tápanyag: Kométa kem. sült sonka (b) E EN= 20,60 ZS= 0,60 TZS= 0,24 FH= 3,60 SZH= 0,20 CK= 0,00 SÓ= 0,36 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Főtt tojás karika (b) E EN= 33,00 ZS= 2,40 TZS= 0,00 FH= 3,22 SZH= 0,12 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 8,00
* Allergén ** Tápanyag: Vénusz margarin (b) G EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Rozsos baguette (b) G EN=104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,12 SZH=20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Rozsos baguette (b) G EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Vénusz margarin (b) G EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Vénusz margarin (b) G EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00
* Allergén ** Tápanyag: Német zsemle (b) G EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,69 SZH=20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Zöldpaprika (b) G EN= 2,00 ZS= 0,03 TZS= 0,00 FH= 0,12 SZH= 0,30 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,40	* Allergén ** Tápanyag: Zöldpaprika (b) G EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Búzakenyér (b) G EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH=17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Rozsos baguette (b) G EN=104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,12 SZH=20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00
* Allergén ** Tápanyag: Kigyóuborka (b) G EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 0,26 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70	* Allergén ** Tápanyag: Kigyóuborka (b) G EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Kigyóuborka (b) G EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Paradicsom (b) G EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,02 SZH= 0,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,80	* Allergén ** Tápanyag: Kaliforniai paprika (b) G EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,28 SZH= 1,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,80
Energia (KC/KJ): 253,6 / 1061,1 Zsír (gr): 11,30 Telített zsírsav (gr): 2,49 Fehérje (gr): 9,74 Szénhidrát (gr): 27,62 Cukor (gr): 0,00 össz.Só (gr): 0,02 Kalcium (Mgr): 182,70	Energia (KC/KJ): 268,1 / 1121,8 Zsír (gr): 12,17 Telített zsírsav (gr): 0,95 Fehérje (gr): 11,49 Szénhidrát (gr): 27,76 Cukor (gr): 0,00 össz.Só (gr): 0,17 Kalcium (Mgr): 271,40	Energia (KC/KJ): 340,0 / 1422,7 Zsír (gr): 15,62 Telített zsírsav (gr): 0,00 Fehérje (gr): 10,19 Szénhidrát (gr): 39,23 Cukor (gr): 11,00 össz.Só (gr): 0,03 Kalcium (Mgr): 196,60	Energia (KC/KJ): 232,6 / 973,1 Zsír (gr): 8,40 Telített zsírsav (gr): 1,33 Fehérje (gr): 12,44 Szénhidrát (gr): 25,25 Cukor (gr): 0,00 össz.Só (gr): 0,38 Kalcium (Mgr): 181,80	Energia (KC/KJ): 254,4 / 1064,5 Zsír (gr): 10,68 Telített zsírsav (gr): 0,95 Fehérje (gr): 11,12 Szénhidrát (gr): 28,49 Cukor (gr): 0,00 össz.Só (gr): 0,02 Kalcium (Mgr): 190,80

Napi összesített energia

Energia (KC/KJ): 863,2 / 3612,6 Zsír (gr): 33,28 Telített zsírsav (gr): 3,58 Fehérje (gr): 29,66 Szénhidrát (gr): 106,76 Cukor (gr): 5,00 össz.Só (gr): 1,07 Kalcium (Mgr): 397,83	Energia (KC/KJ): 973,5 / 4069,4 Zsír (gr): 27,55 Telített zsírsav (gr): 3,86 Fehérje (gr): 36,91 Szénhidrát (gr): 135,77 Cukor (gr): 8,00 össz.Só (gr): 3,69 Kalcium (Mgr): 438,37	Energia (KC/KJ): 844,7 / 3532,1 Zsír (gr): 28,82 Telített zsírsav (gr): 2,36 Fehérje (gr): 40,51 Szénhidrát (gr): 100,26 Cukor (gr): 17,00 össz.Só (gr): 2,16 Kalcium (Mgr): 485,54	Energia (KC/KJ): 837,9 / 3502,3 Zsír (gr): 23,13 Telített zsírsav (gr): 2,43 Fehérje (gr): 37,06 Szénhidrát (gr): 116,62 Cukor (gr): 5,00 össz.Só (gr): 2,38 Kalcium (Mgr): 272,95	Energia (KC/KJ): 830,7 / 3476,4 Zsír (gr): 33,07 Telített zsírsav (gr): 1,55 Fehérje (gr): 38,19 Szénhidrát (gr): 90,49 Cukor (gr): 6,00 össz.Só (gr): 1,00 Kalcium (Mgr): 433,45
---	---	--	---	--

Budaörs Százszorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.09.08)

Étlap 2026.09.21 - 2026.09.27

(Nem diétás menü)

Menü: 0003 Típegő
Korcsopor: Gyermek 1 - 3 éves

HétfőKeddSzerdaCsütörtökPéntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimohyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfitek M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezám-mag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Reggeli

Gyümölcs tea (b) ** Tápanyag: EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78	Gyümölcs tea (b) EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78	Gyümölcs tea (b) EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78	Gyümölcs tea (b) EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78	Gyümölcs tea (b) EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78
Áfonyalekvár (b) * Allergén ** Tápanyag: EN= 40,80 ZS= 0,08 TZS= 0,00 FH= 0,06 SZH= 9,60 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Csicszeriborsókrém (b) M EN= 31,89 ZS= 0,29 TZS= 0,00 FH= 0,94 SZH= 4,55 CK= 0,00 SÓ= 0,52 KA= 3,88	Körözött juhtúró (b) T EN= 44,02 ZS= 3,41 TZS= 1,40 FH= 2,02 SZH= 1,06 CK= 0,00 SÓ= 0,11 KA= 38,37	Házi csirkemájkrém (b) M EN= 51,84 ZS= 3,60 TZS= 0,95 FH= 3,16 SZH= 1,52 CK= 0,00 SÓ= 1,02 KA= 27,35	Natúr vajkrém (b) T EN= 77,00 ZS= 8,00 TZS= 0,00 FH= 3,68 SZH= 19,64 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00
Vénusz margarin (b) * Allergén ** Tápanyag: EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,46 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00	Búzakenyér (b) G EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Búzakenyér (b) G EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Búzakenyér (b) G EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Hagymás kenyér (b) G EN= 106,40 ZS= 1,24 TZS= 0,60 FH= 3,68 SZH= 19,64 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00
Búzakenyér (b) * Allergén ** Tápanyag: EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Koktélparadicsom (b) EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 15,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Kigyóúborka (b) EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 12,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70	Jégretek (b) EN= 4,22 ZS= 0,03 TZS= 0,00 FH= 0,19 SZH= 0,80 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 3,66	Kigyóúborka (b) EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 12,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70
Energia (KC/KJ): 192,0 / 803,7 Zsír (gr): 3,64 Telített zsírsav (gr): 1,09 Fehérje (gr): 4,49 Szénhidrát (gr): 33,14 Cukor (gr): 5,00 össz.Só (gr): 0,02 Kalcium (Mgr): 3,78	160,7 / 668,5 0,89 0,14 5,56 28,90 5,00 0,52 7,66	170,0 / 709,0 3,98 1,54 6,60 24,85 5,00 0,11 44,85	180,2 / 750,4 4,20 1,09 7,78 25,86 5,00 1,02 34,80	213,0 / 891,5 9,26 0,60 4,40 26,50 5,00 0,00 6,48

Tízórai

Actimel (b) * Allergén ** Tápanyag: EN= 76,00 ZS= 1,50 TZS= 0,00 FH= 11,64 SZH= 0,72 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 120,00	HC Immun Plus 100% (b) EN= 66,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 15,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Házi trópusi smoothie (b) T EN= 104,10 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 12,05 CK= 1,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00	Almás körteléb (b) EN= 51,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 12,15 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Málnás tejturmix (b) T EN= 104,14 ZS= 4,35 TZS= 0,00 FH= 5,10 SZH= 10,41 CK= 1,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00
Energia (KC/KJ): 76,0 / 318,0 Zsír (gr): 1,50 Telített zsírsav (gr): 0,00 Fehérje (gr): 2,80 Szénhidrát (gr): 12,00 Cukor (gr): 0,00 össz.Só (gr): 0,00 Kalcium (Mgr): 120,00	66,0 / 276,0 0,00 0,00 0,00 15,00 0,00 0,00 0,00	104,1 / 435,2 4,20 0,00 4,50 12,05 1,00 0,00 180,00	51,0 / 213,0 0,00 0,00 0,00 12,15 0,00 0,00 0,00	104,1 / 435,3 4,35 0,00 5,10 10,41 1,00 0,00 180,00

Ebéd

Párolt halfilél (b) * Allergén ** Tápanyag: EN= 146,20 ZS= 10,10 TZS= 0,00 FH= 11,64 SZH= 0,72 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 6,60	Főtt pulykamell (b) EN= 104,40 ZS= 5,70 TZS= 0,00 FH= 12,30 SZH= 0,24 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 7,68	Párolt csirkemell (b) EN= 94,25 ZS= 2,58 TZS= 0,00 FH= 15,10 SZH= 2,04 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 8,58	Sertés apróhús (b) EN= 156,33 ZS= 9,79 TZS= 0,00 FH= 12,99 SZH= 2,74 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 18,45	Csírke apróhús (b) EN= 94,48 ZS= 3,48 TZS= 0,00 FH= 12,69 SZH= 2,16 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 9,23
Burgonya püré (b) * Allergén ** Tápanyag: EN= 135,95 ZS= 4,05 TZS= 0,00 FH= 3,55 SZH= 20,76 CK= 0,00 SÓ= 0,99 KA= 43,35	Vadasmártás (b) T,G,M,Z EN= 173,11 ZS= 7,45 TZS= 2,80 FH= 4,40 SZH= 20,94 CK= 3,00 SÓ= 1,05 KA= 91,24	Brokkolifőzelék (b) G,T EN= 105,02 ZS= 2,29 TZS= 0,82 FH= 5,29 SZH= 13,72 CK= 0,00 SÓ= 1,03 KA= 49,80	Burgonyapüré (b) T EN= 135,95 ZS= 4,05 TZS= 0,00 FH= 3,55 SZH= 20,76 CK= 0,00 SÓ= 0,21 KA= 43,35	Kelkáposzta főzelék (b) G EN= 139,63 ZS= 5,30 TZS= 0,00 FH= 4,56 SZH= 17,27 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 42,48
Körte (b) ** Tápanyag: EN= 42,12 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 9,72 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,72	Főtt burgonya (b) EN= 92,40 ZS= 0,21 TZS= 0,00 FH= 2,63 SZH= 19,32 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 7,35	Alma (b) EN= 25,11 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 5,67 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 4,46	Szilva (b) EN= 42,30 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,72 SZH= 9,18 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,60	Alma (b) EN= 25,11 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 5,67 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 4,46
Banán (b) ** Tápanyag: EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Banán (b) EN= 57,65 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 13,29 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 60,39	Banán (b) EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Banán (b) EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Banán (b) EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00
Energia (KC/KJ): 324,3 / 1357,4 Zsír (gr): 14,15 Telített zsírsav (gr): 0,00 Fehérje (gr): 15,51 Szénhidrát (gr): 31,19 Cukor (gr): 0,00 össz.Só (gr): 1,98 Kalcium (Mgr): 62,67	427,6 / 1789,0 13,36 2,80 19,32 53,78 3,00 3,01 166,66	224,4 / 939,2 4,87 0,82 20,71 21,43 0,00 2,02 62,84	334,6 / 1400,4 13,84 0,00 17,26 32,67 0,00 0,70 74,40	259,2 / 1085,1 8,79 0,00 17,58 25,10 0,00 0,98 56,17

Budaörs Százszorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.09.08)

Étlap 2026.09.21 - 2026.09.27

(Nem diétás menü)

Menü: 0003 Tipegő
Korcsopor: Gyermek 1 - 3 éves

HétfőKeddSzerdaCsütörtökPéntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimohyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfitek M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezám-mag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Uzsonna

	Tej (b)	Tej (b)	Tej (b)	Tej (b)	Tej (b)
* Allergén	T	T	T	T	T
** Tápanyag:	EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=180,00	EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=180,00	EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=180,00	EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=180,00	EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=180,00
	Pick sertés párizsikrém (b)	Trappista sajtkrém (b)	Baracklevár db (b)	Kométa kem. sült sonkakr	Snidlinges tojáskrém (b)
* Allergén	S	T			E
** Tápanyag:	EN= 58,05 ZS= 5,55 TZS= 2,00 FH= 1,80 SZH= 0,21 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00	EN= 77,70 ZS= 6,90 TZS= 0,95 FH= 3,75 SZH= 0,17 CK= 0,00 SÓ= 0,17 KA= 90,00	EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 47,60 ZS= 3,60 TZS= 1,19 FH= 3,60 SZH= 0,20 CK= 0,00 SÓ= 0,38 KA= 0,00	EN= 46,80 ZS= 4,44 TZS= 0,95 FH= 1,93 SZH= 0,07 CK= 0,00 SÓ= 0,11 KA= 4,80
	Búzakenyér (b)	Rozsos baguette (b)	Vénusz margarin (b)	Búzakenyér (b)	Rozsos baguette (b)
* Allergén	G	G		G	G
** Tápanyag:	EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH=17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN=104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,12 SZH=20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00	EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH=17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN=104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,12 SZH=20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00
	Kígyóborka (b)	Jégretek (b)	Búzakenyér (b)	Paradicsom (b)	Jégretek (b)
* Allergén			G		
** Tápanyag:	EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 0,26 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70	EN= 4,22 ZS= 0,03 TZS= 0,00 FH= 0,19 SZH= 0,80 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 3,66	EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH=17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,02 SZH= 0,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,80	EN= 4,22 ZS= 0,03 TZS= 0,00 FH= 0,19 SZH= 0,80 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 3,66
Energia (KC/KJ):	240,3 / 1005,2	270,3 / 1131,1	207,4 / 867,6	232,6 / 973,1	239,4 / 1001,8
Zsír (gr):	10,33	12,17	7,76	8,40	9,71
Telített zsírsav (gr):	2,14	0,95	1,09	1,33	0,95
Fehérje (gr):	10,77	11,56	8,82	12,44	9,74
Szénhidrát (gr):	25,44	28,25	24,97	25,25	28,16
Cukor (gr):	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
össz.Só (gr):	0,02	0,17	0,02	0,38	0,11
Kalcium (Mgr):	182,70	273,66	180,00	181,80	188,46
Napi összesített energia					
Energia (KC/KJ):	832,5 / 3484,3	924,6 / 3864,6	705,9 / 2950,9	798,4 / 3336,8	815,8 / 3413,7
Zsír (gr):	29,62	26,42	20,81	26,44	32,10
Telített zsírsav (gr):	3,24	3,89	3,46	2,43	1,55
Fehérje (gr):	33,57	36,45	40,63	37,48	36,81
Szénhidrát (gr):	101,77	125,93	83,31	95,93	90,16
Cukor (gr):	5,00	8,00	6,00	5,00	6,00
össz.Só (gr):	2,01	3,69	2,14	2,10	1,10
Kalcium (Mgr):	369,15	447,98	467,68	291,00	431,11

Budaörs Százszorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.09.08)

Étlap 2026.09.21 - 2026.09.27

(Banánmentes)

Menü: 0006 Banán mentes

Korcsopor: Gyermek 1 - 3 éves

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimohyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfítok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezám-mag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Reggeli

** Tápanyag:	Gyümölcs tea (b) EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78	Gyümölcs tea (b) EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78	Gyümölcs tea (b) EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78	Gyümölcs tea (b) EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78	Gyümölcs tea (b) EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78
	Áfonyalekvár (b) EN= 40,80 ZS= 0,08 TZS= 0,00 FH= 0,06 SZH= 9,60 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Csicszeriborsókrém (b) M EN= 31,89 ZS= 0,29 TZS= 0,00 FH= 0,94 SZH= 4,55 CK= 0,00 SÓ= 0,52 KA= 3,88	Körözött juhtúró (b) T EN= 44,02 ZS= 3,41 TZS= 1,40 FH= 2,02 SZH= 1,06 CK= 0,00 SÓ= 0,11 KA= 38,37	Házi csirkemájkrém (b) M EN= 51,84 ZS= 3,60 TZS= 0,95 FH= 3,16 SZH= 1,52 CK= 0,00 SÓ= 1,02 KA= 27,35	Natúr vajkrém (b) T EN= 77,00 ZS= 8,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 0,98 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00
* Allergén	Vénusz margarin (b) EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,06 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00	Kiskifli (b) G,T EN= 77,75 ZS= 0,54 TZS= 0,11 FH= 2,27 SZH= 15,58 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Német zsemle (b) G EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,09 SZH= 20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Búzakenyér (b) G EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Hagymás kenyér (b) G EN= 106,40 ZS= 1,24 TZS= 0,60 FH= 3,68 SZH= 19,64 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00
	Búzakenyér (b) G EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Koktélparadicsom (b) EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,10 SZH= 21,50 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Póréhagyma (b) EN= 5,02 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,29 SZH= 0,83 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 3,96	Jégrettek (b) EN= 4,22 ZS= 0,03 TZS= 0,00 FH= 0,19 SZH= 0,80 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 3,66	Kigyóuborka (b) EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 0,26 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70
Energia (KC/KJ): 192,0 / 803,7 142,0 / 590,4 176,2 / 735,0 180,2 / 750,4 213,0 / 891,5					
Zsír (gr): 3,64 0,87 4,14 4,20 9,26					
Telített zsírsav (gr): 1,09 0,11 1,54 1,09 0,60					
Fehérje (gr): 4,49 3,52 5,11 7,78 4,40					
Szénhidrát (gr): 33,14 26,55 27,55 25,86 26,50					
Cukor (gr): 5,00 5,00 5,00 5,00 5,00					
össz.Só (gr): 0,02 0,52 0,11 1,02 0,00					
Kalcium (Mgr): 3,78 7,66 46,11 34,80 6,48					

Tízórai

* Allergén	Actimel (b) T EN= 76,00 ZS= 1,50 TZS= 0,00 FH= 12,31 SZH= 12,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 120,00	Almalé 100% (b) EN= 89,00 ZS= 0,10 TZS= 0,00 FH= 0,10 SZH= 21,50 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Házi trópusi smoothie (b) T EN= 104,10 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 12,05 CK= 1,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00	Almás körteléb (b) EN= 51,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 12,15 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Málnás tejtermix (b) T EN= 104,14 ZS= 4,35 TZS= 0,00 FH= 5,10 SZH= 10,41 CK= 1,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00
	EN= 76,00 ZS= 1,50 TZS= 0,00 FH= 12,31 SZH= 12,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 120,00	EN= 89,00 ZS= 0,10 TZS= 0,00 FH= 0,10 SZH= 21,50 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 104,10 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 12,05 CK= 1,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00	EN= 51,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 12,15 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 104,14 ZS= 4,35 TZS= 0,00 FH= 5,10 SZH= 10,41 CK= 1,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00
Energia (KC/KJ): 76,0 / 318,0 89,0 / 373,0 104,1 / 435,2 51,0 / 213,0 104,1 / 435,3					
Zsír (gr): 1,50 0,10 4,20 0,00 4,35					
Telített zsírsav (gr): 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00					
Fehérje (gr): 2,80 0,10 4,50 0,00 5,10					
Szénhidrát (gr): 12,00 21,50 12,05 12,15 10,41					
Cukor (gr): 0,00 0,00 1,00 0,00 1,00					
össz.Só (gr): 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00					
Kalcium (Mgr): 120,00 0,00 180,00 0,00 180,00					

Ebéd

* Allergén	Hercegnő burgonya hal (b) T,H EN= 299,45 ZS= 16,83 TZS= 0,00 FH= 12,31 SZH= 24,28 CK= 0,00 SÓ= 1,04 KA= 78,64	Főtt pulykamell (b) EN= 104,40 ZS= 5,70 TZS= 0,00 FH= 12,30 SZH= 0,24 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 7,68	Párolt csirkemell (b) EN= 94,25 ZS= 2,58 TZS= 0,00 FH= 15,10 SZH= 2,04 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 8,58	Rizseshús scomb (b) EN= 325,79 ZS= 10,50 TZS= 0,00 FH= 15,88 SZH= 43,14 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 43,76	Csirke apróhús (b) EN= 94,48 ZS= 3,48 TZS= 0,00 FH= 12,69 SZH= 2,16 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 9,23
	EN= 299,45 ZS= 16,83 TZS= 0,00 FH= 12,31 SZH= 24,28 CK= 0,00 SÓ= 1,04 KA= 78,64	EN= 104,40 ZS= 5,70 TZS= 0,00 FH= 12,30 SZH= 0,24 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 7,68	EN= 94,25 ZS= 2,58 TZS= 0,00 FH= 15,10 SZH= 2,04 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 8,58	EN= 325,79 ZS= 10,50 TZS= 0,00 FH= 15,88 SZH= 43,14 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 43,76	EN= 94,48 ZS= 3,48 TZS= 0,00 FH= 12,69 SZH= 2,16 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 9,23
* Allergén	Körte (b) EN= 42,12 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 9,72 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,72	Vadasmártás (b) T,G,M,Z EN= 173,11 ZS= 7,45 TZS= 2,80 FH= 4,40 SZH= 20,94 CK= 3,00 SÓ= 1,05 KA= 91,24	Brokkolifőzelék (b) G,T EN= 105,02 ZS= 2,29 TZS= 0,82 FH= 5,29 SZH= 13,72 CK= 0,00 SÓ= 1,03 KA= 49,80	Csemege uborka főétk. (b) M EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,24 SZH= 1,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Kelkáposzta főzelék (b) G EN= 139,63 ZS= 5,30 TZS= 0,00 FH= 4,56 SZH= 17,27 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 42,48
	EN= 42,12 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 9,72 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,72	EN= 173,11 ZS= 7,45 TZS= 2,80 FH= 4,40 SZH= 20,94 CK= 3,00 SÓ= 1,05 KA= 91,24	EN= 105,02 ZS= 2,29 TZS= 0,82 FH= 5,29 SZH= 13,72 CK= 0,00 SÓ= 1,03 KA= 49,80	EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,24 SZH= 1,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 139,63 ZS= 5,30 TZS= 0,00 FH= 4,56 SZH= 17,27 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 42,48
* Allergén	Copfocska tészta (b) E,G EN= 162,24 ZS= 1,37 TZS= 0,00 FH= 5,20 SZH= 32,00 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 0,00	Alma (b) EN= 25,11 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 5,67 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 4,46	Szilva (b) EN= 42,30 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,72 SZH= 9,18 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,60	Alma (b) EN= 25,11 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 5,67 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 4,46	
	EN= 162,24 ZS= 1,37 TZS= 0,00 FH= 5,20 SZH= 32,00 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 0,00	EN= 25,11 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 5,67 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 4,46	EN= 42,30 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,72 SZH= 9,18 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,60	EN= 25,11 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 5,67 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 4,46	
** Tápanyag:	Szilva (b) EN= 42,30 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,72 SZH= 9,18 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,60	Szilva (b) EN= 42,30 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,72 SZH= 9,18 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,60	Szilva (b) EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Szilva (b) EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Szilva (b) EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00
	EN= 42,30 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,72 SZH= 9,18 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,60	EN= 42,30 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,72 SZH= 9,18 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,60	EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00
Energia (KC/KJ): 341,6 / 1429,8 482,1 / 2016,9 224,4 / 939,2 374,1 / 1565,8 259,2 / 1085,1					
Zsír (gr): 16,83 14,52 4,87 10,54 8,79					
Telített zsírsav (gr): 0,00 2,80 0,82 0,00 0,00					
Fehérje (gr): 12,64 22,62 20,71 16,84 17,58					
Szénhidrát (gr): 34,00 62,36 21,43 53,36 25,10					
Cukor (gr): 0,00 3,00 0,00 0,00 0,00					
össz.Só (gr): 1,04 3,01 2,02 0,98 0,98					
Kalcium (Mgr): 91,35 111,52 62,84 56,36 56,17					

Budaörs Százszorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.09.08)

Étlap 2026.09.21 - 2026.09.27

(Banánmentes)

Menü: 0006 Banán mentes

Korcsopor: Gyermek 1 - 3 éves

HétfőKeddSzerdaCsütörtökPéntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimohyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfítok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezám-mag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Uzsonna

* Allergén ** Tápanyag: Tej (b) T EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=180,00	* Allergén ** Tápanyag: Tej (b) T EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=180,00	* Allergén ** Tápanyag: Tej (b) T EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=180,00	* Allergén ** Tápanyag: Tej (b) T EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=180,00	* Allergén ** Tápanyag: Tej (b) T EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=180,00
* Allergén ** Tápanyag: Pick sertés párizsi (b) S EN= 41,40 ZS= 3,40 TZS= 1,40 FH= 2,40 SZH= 0,28 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Trappista sajtkrém (b) T EN= 77,70 ZS= 6,90 TZS= 0,95 FH= 3,75 SZH= 0,17 CK= 0,00 SÓ= 0,17 KA= 90,00	* Allergén ** Tápanyag: Házi kakaós zabkeksz (b) T,G,E EN=256,00 ZS=11,42 TZS= 0,00 FH= 5,69 SZH=32,18 CK=11,00 SÓ= 0,03 KA= 16,60	* Allergén ** Tápanyag: Kométa kem. sült sonka (b) E EN= 20,60 ZS= 0,60 TZS= 0,24 FH= 3,60 SZH= 0,20 CK= 0,00 SÓ= 0,36 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Főtt tojás karika (b) E EN= 33,00 ZS= 2,40 TZS= 0,00 FH= 3,22 SZH= 0,12 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 8,00
* Allergén ** Tápanyag: Vénusz margarin (b) G EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Rozsos baguette (b) G EN=104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,12 SZH=20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Vénusz margarin (b) G EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Vénusz margarin (b) G EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Rozsos baguette (b) G EN=104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,12 SZH=20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00
* Allergén ** Tápanyag: Német zsemle (b) G EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,69 SZH=20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Zöldpaprika (b) G EN= 2,00 ZS= 0,03 TZS= 0,00 FH= 0,12 SZH= 0,30 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,40	* Allergén ** Tápanyag: Búzakenyér (b) G EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH=17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Rozsos baguette (b) G EN=104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,12 SZH=20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Kaliforniai paprika (b) G EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,28 SZH= 1,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,80
* Allergén ** Tápanyag: Kígyóuborka (b) G EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 0,26 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70	* Allergén ** Tápanyag: Paradicsom (b) G EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,02 SZH= 0,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,80	* Allergén ** Tápanyag: Kaliforniai paprika (b) G EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,28 SZH= 1,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,80	* Allergén ** Tápanyag: Kaliforniai paprika (b) G EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,28 SZH= 1,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,80	* Allergén ** Tápanyag: Kaliforniai paprika (b) G EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,28 SZH= 1,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,80
Energia (KC/KJ): 253,6 / 1061,1	268,1 / 1121,8	340,0 / 1422,7	232,6 / 973,1	254,4 / 1064,5
Zsír (gr): 11,30	12,17	15,62	8,40	10,68
Telített zsírsav (gr): 2,49	0,95	0,00	1,33	0,95
Fehérje (gr): 9,74	11,49	10,19	12,44	11,12
Szénhidrát (gr): 27,62	27,76	39,23	25,25	28,49
Cukor (gr): 0,00	0,00	11,00	0,00	0,00
össz.Só (gr): 0,02	0,17	0,03	0,38	0,02
Kalcium (Mgr): 182,70	271,40	196,60	181,80	190,80

Napi összesített energia

Energia (KC/KJ): 863,2 / 3612,6	981,2 / 4102,1	844,7 / 3532,1	837,9 / 3502,3	830,7 / 3476,4
Zsír (gr): 33,28	27,65	28,82	23,13	33,07
Telített zsírsav (gr): 3,58	3,86	2,36	2,43	1,55
Fehérje (gr): 29,66	37,73	40,51	37,06	38,19
Szénhidrát (gr): 106,76	138,16	100,26	116,62	90,49
Cukor (gr): 5,00	8,00	17,00	5,00	6,00
össz.Só (gr): 1,07	3,69	2,16	2,38	1,00
Kalcium (Mgr): 397,83	390,58	485,54	272,95	433,45

Budaörs Százszorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.09.08)

Étlap 2026.09.21 - 2026.09.27

(Tejfehérje mentes)

Menü: 0011 D-Tejmentes

Korcsopor: Gyermek 1 - 3 éves

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimohyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfítok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezám-mag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Reggeli

** Tápanyag:	Gyümölcs tea (b) EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78	Gyümölcs tea (b) EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78	Gyümölcs tea (b) EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78	Gyümölcs tea (b) EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78	Gyümölcs tea (b) EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78
	Áfonyalekvár (b)	Csicszeriborsókrém (b)	Violife növényi sajtkrém (	Házi csirkemájkrém (b)	Sonkakrém (b)
* Allergén					
** Tápanyag:	EN= 40,80 ZS= 0,08 TZS= 0,00 FH= 0,06 SZH= 9,60 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 31,89 ZS= 0,29 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 4,55 CK= 0,00 SÓ= 0,52 KA= 3,88	EN= 76,80 ZS= 6,80 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 3,80 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00	EN= 51,84 ZS= 3,60 TZS= 0,95 FH= 3,16 SZH= 1,52 CK= 0,00 SÓ= 1,02 KA= 27,35	EN= 48,20 ZS= 3,30 TZS= 0,95 FH= 4,20 SZH= 0,40 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00
* Allergén					
** Tápanyag:	EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,27 SZH= 28,33 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00	EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,69 SZH= 20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 106,40 ZS= 1,24 TZS= 0,60 FH= 3,68 SZH= 19,64 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00
* Allergén					
** Tápanyag:	EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,20 SZH= 0,83 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 5,02 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,19 SZH= 0,83 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 3,96	EN= 4,22 ZS= 0,03 TZS= 0,00 FH= 0,19 SZH= 0,80 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 3,66	EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 0,26 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70
Energia (KC/KJ):	192,0 / 803,7	160,7 / 668,5	209,0 / 874,9	180,2 / 750,4	184,2 / 770,9
Zsír (gr):	3,64	0,89	7,53	4,20	4,56
Telített zsírsav (gr):	1,09	0,14	1,09	1,09	1,55
Fehérje (gr):	4,49	5,56	3,09	7,78	8,14
Szénhidrát (gr):	33,14	28,90	30,29	25,86	25,92
Cukor (gr):	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00
össz.Só (gr):	0,02	0,52	0,02	1,02	0,02
Kalcium (Mgr):	3,78	7,66	7,74	34,80	6,48

Tízórai

** Tápanyag:	Banános rizstejturmix (d) EN=130,63 ZS= 1,58 TZS= 0,00 FH=10,78 SZH=28,45 CK= 1,00 SÓ= 0,00 KA=213,55	HC Immun Plus 100% (b) EN= 66,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH=15,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Házi trópusi rizstejturmix (	Almás körtelélé (b) EN= 51,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH=12,15 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Málnás rizstejturmix (d) EN=146,63 ZS= 1,73 TZS= 0,00 FH= 0,87 SZH=30,68 CK= 1,00 SÓ= 0,00 KA=213,55
Energia (KC/KJ):	130,6 / 547,2	66,0 / 276,0	130,6 / 547,2	51,0 / 213,0	146,6 / 614,2
Zsír (gr):	1,58	0,00	1,58	0,00	1,73
Telített zsírsav (gr):	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Fehérje (gr):	0,27	0,00	0,27	0,00	0,87
Szénhidrát (gr):	28,33	15,00	28,95	12,15	30,68
Cukor (gr):	1,00	0,00	1,00	0,00	1,00
össz.Só (gr):	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Kalcium (Mgr):	213,55	0,00	180,00	0,00	213,55

Ebéd

	Hercegnő burgonya hal (d	Főtt pulykamell (b)	Párolt csirkemell (b)	Rizseshús scomb (b)	Csírke apróhús (b)
* Allergén	H				
** Tápanyag:	EN=304,20 ZS=15,96 TZS= 4,75 FH=10,78 SZH=28,45 CK= 0,00 SÓ= 1,06 KA= 78,64	EN=104,40 ZS= 5,70 TZS= 0,00 FH=12,30 SZH= 0,24 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 7,68	EN= 94,25 ZS= 2,58 TZS= 0,00 FH=15,10 SZH= 2,04 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 8,58	EN=325,79 ZS=10,50 TZS= 0,00 FH=15,88 SZH=43,14 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 43,76	EN= 94,48 ZS= 3,48 TZS= 0,00 FH=12,69 SZH= 2,16 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 9,23
* Allergén	Körte (b)				
** Tápanyag:	EN= 42,12 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 9,72 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,72	Vadasmártás (d) G,M,Z EN=131,03 ZS= 4,59 TZS= 0,00 FH= 2,40 SZH=19,06 CK= 3,00 SÓ= 1,03 KA= 69,42	Brokkolifőzelék (d) G EN=115,50 ZS= 1,41 TZS= 0,15 FH= 5,22 SZH=18,03 CK= 0,00 SÓ= 1,03 KA= 85,80	Csemege uborka főétk. (b) M EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,24 SZH= 1,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Kelkáposzta főzelék (b) G EN=139,63 ZS= 5,30 TZS= 0,00 FH= 4,56 SZH=17,27 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 42,48
* Allergén	Copfocska tészta (b)				
** Tápanyag:	EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	E,G EN=162,24 ZS= 1,37 TZS= 0,00 FH= 5,20 SZH=32,00 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 0,00	Alma (b) EN= 25,11 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 5,67 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 4,46	Szilva (b) EN= 42,30 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,72 SZH= 9,18 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,60	Alma (b) EN= 25,11 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 5,67 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 4,46
* Allergén	Banán (b)				
** Tápanyag:	EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 57,65 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH=13,29 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 60,39	EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00
Energia (KC/KJ):	346,3 / 1449,8	455,3 / 1897,5	234,9 / 983,6	374,1 / 1565,8	259,2 / 1085,1
Zsír (gr):	15,96	11,66	3,98	10,54	8,79
Telített zsírsav (gr):	4,75	0,00	0,15	0,00	0,00
Fehérje (gr):	11,10	19,90	20,64	16,84	17,58
Szénhidrát (gr):	38,17	64,59	25,74	53,36	25,10
Cukor (gr):	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00
össz.Só (gr):	1,06	3,00	2,01	0,98	0,98
Kalcium (Mgr):	91,35	137,49	98,84	56,36	56,17

Budaörs Százszorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.09.08)

Étlap 2026.09.21 - 2026.09.27

(Tejfehérje mentes)

Menü: 0011 D-Tejmentes

Korcsoport: Gyermek 1 - 3 éves

HétfőKeddSzerdaCsütörtökPéntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimohyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfidok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezám-mag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Uzsonna

** Tápanyag:	Rizstej (d) EN=126,00 ZS= 2,10 TZS= 0,00 FH= 0,36 SZH=26,60 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=240,00	Rizstej (d) EN=126,00 ZS= 2,10 TZS= 0,00 FH= 0,36 SZH=26,60 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=240,00	Kakaós rizsital (d) EN=126,00 ZS= 2,10 TZS= 0,00 FH= 0,36 SZH=26,60 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=240,00	Rizstej (d) EN=126,00 ZS= 2,10 TZS= 0,00 FH= 0,36 SZH=26,60 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=240,00	Rizstej (d) EN=126,00 ZS= 2,10 TZS= 0,00 FH= 0,36 SZH=26,60 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=240,00
* Allergén	Pick sertés párizsi (b)	Violife növényi sajtkrém (	Csurgatott méz (b)	Kométa kem. sült sonka (b	Főtt tojás karika (b)
** Tápanyag:	S EN= 41,40 ZS= 3,40 TZS= 1,40 FH= 2,40 SZH= 0,28 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	S EN= 76,80 ZS= 6,80 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 3,80 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00	S EN= 16,50 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 4,05 CK= 3,50 SÓ= 0,00 KA= 0,00	S EN= 20,60 ZS= 0,60 TZS= 0,24 FH= 3,60 SZH= 0,20 CK= 0,00 SÓ= 0,36 KA= 0,00	E EN= 33,00 ZS= 2,40 TZS= 0,00 FH= 3,22 SZH= 0,12 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 8,00
* Allergén	Vénusz margarin (b)	Rozsos baguette (b)	Vénusz margarin (b)	Vénusz margarin (b)	Vénusz margarin (b)
** Tápanyag:	G EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00	G EN=104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,12 SZH=20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	G EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00	G EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00	G EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00
* Allergén	Német zsemle (b)	Zöldpaprika (b)	Búzakenyér (b)	Búzakenyér (b)	Rozsos baguette (b)
** Tápanyag:	G EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,69 SZH=20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	G EN= 2,00 ZS= 0,03 TZS= 0,00 FH= 0,12 SZH= 0,30 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,40	G EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH=17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	G EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH=17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	G EN=104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,12 SZH=20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00
** Tápanyag:	Kigyóuborka (b) EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 0,26 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70	G EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	G EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	Paradicsom (b) EN= 4,60 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,02 SZH= 0,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,80	Kaliforniai paprika (b) EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,28 SZH= 1,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,80
Energia (KC/KJ):	295,6 / 1238,1	309,2 / 1295,0	265,9 / 1113,7	274,6 / 1150,1	296,4 / 1241,5
Zsír (gr):	9,20	9,97	5,66	6,30	8,58
Telített zsírsav (gr):	2,49	0,95	1,09	1,33	0,95
Fehérje (gr):	5,60	3,60	4,68	8,30	6,98
Szénhidrát (gr):	47,17	50,94	48,57	44,80	48,04
Cukor (gr):	0,00	0,00	3,50	0,00	0,00
össz.Só (gr):	0,02	0,02	0,02	0,38	0,02
Kalcium (Mgr):	242,70	241,40	240,00	241,80	250,80

Napi összesített energia

Energia (KC/KJ):	964,5 / 4038,8	991,2 / 4137,0	840,4 / 3519,3	879,9 / 3679,3	886,4 / 3711,7
Zsír (gr):	30,38	22,52	18,75	21,03	23,65
Telített zsírsav (gr):	8,33	1,09	2,33	2,43	2,50
Fehérje (gr):	21,46	29,06	28,68	32,92	33,56
Szénhidrát (gr):	146,82	159,42	133,55	136,17	129,74
Cukor (gr):	6,00	8,00	9,50	5,00	6,00
össz.Só (gr):	1,09	3,53	2,04	2,38	1,01
Kalcium (Mgr):	551,38	386,55	526,58	332,95	527,00

Budaörs Százszorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.09.08)

Étlap 2026.09.21 - 2026.09.27

(Paradicsommentes)

Menü: 0019 Paradicsommentes

Korcsopor: Gyermek 1 - 3 éves

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimohyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfítok M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezám-mag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Reggeli

** Tápanyag:	Gyümölcs tea (b) EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78	Gyümölcs tea (b) EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78	Gyümölcs tea (b) EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78	Gyümölcs tea (b) EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78	Gyümölcs tea (b) EN= 27,79 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 5,62 CK= 5,00 SÓ= 0,00 KA= 3,78
	Áfonyalekvár (b)	Csicszeriborsókrém (b)	Körözött juhtúró (b)	Házi csirkemájkrém (b)	Natúr vajkrém (b)
* Allergén	T	M	T	M	T
** Tápanyag:	EN= 40,80 ZS= 0,08 TZS= 0,00 FH= 0,06 SZH= 9,60 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 31,89 ZS= 0,29 TZS= 0,00 FH= 0,94 SZH= 4,55 CK= 0,00 SÓ= 0,52 KA= 3,88	EN= 44,02 ZS= 3,41 TZS= 1,40 FH= 2,02 SZH= 2,06 CK= 0,00 SÓ= 0,11 KA= 38,37	EN= 51,84 ZS= 3,60 TZS= 0,95 FH= 3,16 SZH= 1,52 CK= 0,00 SÓ= 1,02 KA= 27,35	EN= 77,00 ZS= 8,00 TZS= 0,00 FH= 0,11 SZH= 0,98 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00
* Allergén	G	G	G	G	G
** Tápanyag:	EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00	EN= 77,75 ZS= 0,54 TZS= 0,11 FH= 2,27 SZH= 15,58 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,29 SZH= 20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH= 17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 106,40 ZS= 1,24 TZS= 0,60 FH= 3,68 SZH= 19,64 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00
* Allergén	G	G	G	G	G
** Tápanyag:	EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 2,80 SZH= 12,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 4,22 ZS= 0,03 TZS= 0,00 FH= 0,19 SZH= 0,80 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 3,66	EN= 5,02 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,29 SZH= 0,83 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 3,96	EN= 4,22 ZS= 0,03 TZS= 0,00 FH= 0,19 SZH= 0,80 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 3,66	EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 0,26 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70
Energia (KC/KJ):	192,0 / 803,7	141,7 / 588,8	176,2 / 735,0	180,2 / 750,4	213,0 / 891,5
Zsír (gr):	3,64	0,86	4,14	4,20	9,26
Telített zsírsav (gr):	1,09	0,11	1,54	1,09	0,60
Fehérje (gr):	4,49	3,51	5,11	7,78	4,40
Szénhidrát (gr):	33,14	26,55	27,55	25,86	26,50
Cukor (gr):	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00
össz.Só (gr):	0,02	0,52	0,11	1,02	0,00
Kalcium (Mgr):	3,78	11,32	46,11	34,80	6,48

Tízórai

** Tápanyag:	Actimel (b) T	HC Immun Plus 100% (b)	Házi trópusi smoothie (b) T	Almás körteléb (b)	Málnás tejtermix (b) T
	EN= 76,00 ZS= 1,50 TZS= 0,00 FH= 12,31 SZH= 24,28 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 120,00	EN= 66,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 15,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 104,10 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 12,05 CK= 1,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00	EN= 51,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 12,15 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 104,14 ZS= 4,35 TZS= 0,00 FH= 5,10 SZH= 10,41 CK= 1,00 SÓ= 0,00 KA= 180,00
Energia (KC/KJ):	76,0 / 318,0	66,0 / 276,0	104,1 / 435,2	51,0 / 213,0	104,1 / 435,3
Zsír (gr):	1,50	0,00	4,20	0,00	4,35
Telített zsírsav (gr):	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Fehérje (gr):	2,80	0,00	4,50	0,00	5,10
Szénhidrát (gr):	12,00	15,00	12,05	12,15	10,41
Cukor (gr):	0,00	0,00	1,00	0,00	1,00
össz.Só (gr):	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Kalcium (Mgr):	120,00	0,00	180,00	0,00	180,00

Ebéd

** Tápanyag:	Hercegnő burgonya hal (b) T,H	Főtt pulykamell (b)	Párolt csirkemell (b)	Rizseshús scomb (b)	Csirke apróhús (b)
	EN=299,45 ZS=16,83 TZS= 0,00 FH=12,31 SZH=24,28 CK= 0,00 SÓ= 1,04 KA= 78,64	EN=104,40 ZS= 5,70 TZS= 0,00 FH=12,30 SZH= 0,24 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 7,68	EN= 94,25 ZS= 2,58 TZS= 0,00 FH=15,10 SZH= 2,04 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 8,58	EN=325,79 ZS=10,50 TZS= 0,00 FH=15,88 SZH=43,14 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 43,76	EN= 94,48 ZS= 3,48 TZS= 0,00 FH=12,69 SZH= 2,16 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 9,23
* Allergén	K	V	B	C	K
** Tápanyag:	EN= 42,12 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 9,72 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,72	EN=173,11 ZS= 7,45 TZS= 2,80 FH= 4,40 SZH=20,94 CK= 3,00 SÓ= 1,05 KA= 91,24	EN=105,02 ZS= 2,29 TZS= 0,82 FH= 5,29 SZH=13,72 CK= 0,00 SÓ= 1,03 KA= 49,80	EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,24 SZH= 1,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN=139,63 ZS= 5,30 TZS= 0,00 FH= 4,56 SZH=17,27 CK= 0,00 SÓ= 0,49 KA= 42,48
* Allergén	G	E	A	S	A
** Tápanyag:	EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN=162,24 ZS= 1,37 TZS= 0,00 FH= 5,20 SZH=32,00 CK= 0,00 SÓ= 0,98 KA= 0,00	EN= 25,11 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 5,67 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 4,46	EN= 42,30 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,72 SZH= 9,18 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 12,60	EN= 25,11 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,32 SZH= 5,67 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 4,46
* Allergén	G	B	G	G	G
** Tápanyag:	EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 57,65 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH=13,29 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 60,39	EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	EN= 0,00 ZS= 0,00 TZS= 0,00 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00
Energia (KC/KJ):	341,6 / 1429,8	497,4 / 2081,2	224,4 / 939,2	374,1 / 1565,8	259,2 / 1085,1
Zsír (gr):	16,83	14,52	4,87	10,54	8,79
Telített zsírsav (gr):	0,00	2,80	0,82	0,00	0,00
Fehérje (gr):	12,64	21,90	20,71	16,84	17,58
Szénhidrát (gr):	34,00	66,46	21,43	53,36	25,10
Cukor (gr):	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00
össz.Só (gr):	1,04	3,01	2,02	0,98	0,98
Kalcium (Mgr):	91,35	159,31	62,84	56,36	56,17

Budaörs Százszorszép Bölcsöde

(Készült: 2026.09.08)

Étlap 2026.09.21 - 2026.09.27

(Paradicsommentes)

Menü: 0019 Paradicsommentes

Korcsopor: Gyermek 1 - 3 éves

HétfőKeddSzerdaCsütörtökPéntek

(*) C=Csillagfűrt D=Diófélék E=Tojás, Tojástermék É=Mest.édesítő F=Földimohyoró G=Glutén H=Hal, Haltermék
K=Kéndioxid, szulfitek M=Mustár P=Puhatestűek R=Rákfélék S=Szójabab T=Tej, Tejtermék W=Szezám-mag Z=Zeller
(**) EN=energia ZS=zsír TZS=Telített zsírsav FH=fehérje SZH=szénhidrát CK=cukor SÓ=só KA=kalcium

Uzsonna

* Allergén ** Tápanyag: Tej (b) T EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=180,00	* Allergén ** Tápanyag: Tej (b) T EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=180,00	* Allergén ** Tápanyag: Tej (b) T EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=180,00	* Allergén ** Tápanyag: Tej (b) T EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=180,00	* Allergén ** Tápanyag: Tej (b) T EN= 84,00 ZS= 4,20 TZS= 0,00 FH= 4,50 SZH= 7,05 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA=180,00
* Allergén ** Tápanyag: Pick sertés párizsi (b) S EN= 41,40 ZS= 3,40 TZS= 1,40 FH= 2,40 SZH= 0,28 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Trappista sajtkrém (b) T EN= 77,70 ZS= 6,90 TZS= 0,95 FH= 3,75 SZH= 0,17 CK= 0,00 SÓ= 0,17 KA= 90,00	* Allergén ** Tápanyag: Házi kakaós zabkeksz (b) T,G,E EN=256,00 ZS=11,42 TZS= 0,00 FH= 5,69 SZH=32,18 CK=11,00 SÓ= 0,03 KA= 16,60	* Allergén ** Tápanyag: Kométa kem. sült sonka (b) E EN= 20,60 ZS= 0,60 TZS= 0,24 FH= 3,60 SZH= 0,20 CK= 0,00 SÓ= 0,36 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Főtt tojás karika (b) E EN= 33,00 ZS= 2,40 TZS= 0,00 FH= 3,22 SZH= 0,12 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 8,00
* Allergén ** Tápanyag: Vénusz margarin (b) G EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Rozsos baguette (b) G EN=104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,12 SZH=20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Vénusz margarin (b) G EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Vénusz margarin (b) G EN= 27,00 ZS= 3,00 TZS= 0,95 FH= 0,00 SZH= 0,00 CK= 0,00 SÓ= 0,02 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Rozsos baguette (b) G EN=104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,12 SZH=20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00
* Allergén ** Tápanyag: Német zsemle (b) G EN= 99,40 ZS= 0,69 TZS= 0,14 FH= 2,69 SZH=20,04 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Zöldpaprika (b) G EN= 2,00 ZS= 0,03 TZS= 0,00 FH= 0,12 SZH= 0,30 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,40	* Allergén ** Tápanyag: Búzakenyér (b) G EN= 96,40 ZS= 0,56 TZS= 0,14 FH= 4,32 SZH=17,92 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Rozsos baguette (b) G EN=104,40 ZS= 1,04 TZS= 0,00 FH= 3,12 SZH=20,24 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 0,00	* Allergén ** Tápanyag: Kaliforniai paprika (b) G EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,28 SZH= 1,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,80
* Allergén ** Tápanyag: Kigyóuborka (b) G EN= 1,80 ZS= 0,02 TZS= 0,00 FH= 0,15 SZH= 0,26 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,70	* Allergén ** Tápanyag: Zöldpaprika (b) G EN= 2,00 ZS= 0,03 TZS= 0,00 FH= 0,12 SZH= 0,30 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,40	* Allergén ** Tápanyag: Zöldpaprika (b) G EN= 2,00 ZS= 0,03 TZS= 0,00 FH= 0,12 SZH= 0,30 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 1,40	* Allergén ** Tápanyag: Kaliforniai paprika (b) G EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,28 SZH= 1,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,80	* Allergén ** Tápanyag: Kaliforniai paprika (b) G EN= 6,00 ZS= 0,04 TZS= 0,00 FH= 0,28 SZH= 1,08 CK= 0,00 SÓ= 0,00 KA= 2,80
Energia (KC/KJ): 253,6 / 1061,1	268,1 / 1121,8	340,0 / 1422,7	230,0 / 962,2	254,4 / 1064,5
Zsír (gr): 11,30	12,17	15,62	8,39	10,68
Telített zsírsav (gr): 2,49	0,95	0,00	1,33	0,95
Fehérje (gr): 9,74	11,49	10,19	12,54	11,12
Szénhidrát (gr): 27,62	27,76	39,23	25,47	28,49
Cukor (gr): 0,00	0,00	11,00	0,00	0,00
össz.Só (gr): 0,02	0,17	0,03	0,38	0,02
Kalcium (Mgr): 182,70	271,40	196,60	181,40	190,80

Napi összesített energia

Energia (KC/KJ): 863,2 / 3612,6	973,1 / 4067,8	844,7 / 3532,1	835,3 / 3491,4	830,7 / 3476,4
Zsír (gr): 33,28	27,55	28,82	23,12	33,07
Telített zsírsav (gr): 3,58	3,86	2,36	2,43	1,55
Fehérje (gr): 29,66	36,89	40,51	37,16	38,19
Szénhidrát (gr): 106,76	135,77	100,26	116,84	90,49
Cukor (gr): 5,00	8,00	17,00	5,00	6,00
össz.Só (gr): 1,07	3,69	2,16	2,38	1,00
Kalcium (Mgr): 397,83	442,03	485,54	272,55	433,45