

Étlap

<i>Bölcsoédés</i> (1-3 év)	<i>Hétfő</i> 2026.09.07.	<i>Kedd</i> 2026.09.08.	<i>Szerda</i> 2026.09.09.	<i>Csütörtök</i> 2026.09.10.	<i>Péntek</i> 2026.09.11.
<i>Reggeli</i>	-Gyümölcs ízű tea (P) -Teljes kiőrlésű burgonyás rozs kenyér (p) (G) -Sajtkrém (P) (L) -Tv paprika friss	-Tejes kávé (P) (L, G) -Vizes zsemle (P) -Delma Margarin (P) (L) -Paradicsom friss	-Gyümölcs ízű tea (P) -Teljes kiőrlésű burgonyás rozs kenyér (p) (G) -Delma Margarin (P) (L) -Főtt tojás (P) (T) -Tv paprika friss	-Gyümölcsjoghurt P (G, L) -vizes kifli(P) (G) -Delma Margarin (P) (L) -Mézes Pulyka felvágott (P) (G, L, O) * -Kígyóuborka friss	-Gyümölcs ízű tea (P) -Teljes kiőrlésű burgonyás rozs kenyér (p) (G) -Delma Margarin (P) (L) -Trappista sajt(P) (L) -Kígyóuborka friss
	<i>S:0,3, E:281,0, ZS:11,6, T:0,3, F:9,1, CH:34,1, C:0,8, Ca:114,8</i>	<i>S:0,6, E:234,0, ZS:6,1, T:0,3, F:9,6, CH:33,9, C:0,3, Ca:1,8</i>	<i>S:0,3, E:246,0, ZS:7,5, T:0,6, F:11,1, CH:33,5, C:0,8, Ca:23,9</i>	<i>S:0,3, E:46,0, ZS:0,5, T:0,4, F:1,7, CH:8,1, C:0,3, Ca:3,6</i> <i>* Adalékanyagot tartalmaz</i>	<i>S:0,7, E:224,0, ZS:6,0, T:3,6, F:9,5, CH:33,0, C:0,8, Ca:123,6</i>
<i>Tízórai</i>	-Forralt tej(P) (L)	-Forralt tej(P) (L)	-Tejes kávé (P) (L, G)	-Forralt tej(P) (L)	-Forralt tej(P) (L) -Alma (P)
	<i>S:0,0, E:124,0, ZS:5,6, T:0,0, F:6,8, CH:10,6, C:0,0, Ca:0,0</i>	<i>S:0,0, E:124,0, ZS:5,6, T:0,0, F:6,8, CH:10,6, C:0,0, Ca:0,0</i>	<i>S:0,0, E:150,0, ZS:5,6, T:0,0, F:6,8, CH:17,3, C:0,0, Ca:0,0</i>	<i>S:0,0, E:124,0, ZS:5,6, T:0,0, F:6,8, CH:10,6, C:0,0, Ca:0,0</i>	<i>S:0,0, E:169,0, ZS:5,6, T:0,0, F:7,4, CH:11,6, C:0,0, Ca:7,9</i>
<i>Ebéd</i>	-Sertés vagdalt (P) (T, G, O, Z, M, S) -Kelkáposzta főzelék(P) (G) -Kenyer ebédhez/ Félbarna/ (P) (G)	-Sajtkrémleves levesgyöngy(P) (G, T, Z, O, M, S, L) -Burgonyapüré (P) (L) -Gyros csirkecomb csíkok (P) (G, T, Z, O, M, S, D) -Káposzta saláta(P)	-Párolt bulgur Bölcsoéde (P) -Hentes sertéstokány (p) (G, T, Z, O, M, S)	-Tökfőzelék (P) (G, L) -Sertés pörkölt (P) (G, T, Z, M, O) -Kenyer ebédhez/ Félbarna/ (P) (G)	-Babgulyás (P) (G, T, Z, O, M, S) -Baracklekvárral töltött Fánk(P) (G, L, T, F, O, D, S)
	<i>S:0,9, E:437,0, ZS:17,8, T:0,1, F:22,9, CH:44,6, C:1,0, Ca:69,6</i>	<i>S:0,4, E:604,0, ZS:26,9, T:5,2, F:24,8, CH:68,9, C:0,4, Ca:95,2</i>	<i>S:0,2, E:292,0, ZS:19,6, T:0,1, F:14,0, CH:14,2, C:0,6, Ca:9,1</i>	<i>S:0,7, E:417,0, ZS:19,7, T:4,3, F:20,8, CH:36,4, C:2,1, Ca:70,2</i>	<i>S:0,3, E:322,0, ZS:11,8, T:1,5, F:16,5, CH:35,4, C:4,9, Ca:29,8</i>
<i>Uzsonna</i>	-almás fahéjas párna KEM.(P) -Alma (P)	-Teljes kiőrlésű kifli (P) (G, L, T) -Alma (P) -kockasajt (P) (L)	-vizes kifli(P) (G) -Alma (P) -Forralt tej(P) (L)	-Túrós táska (P) (G, L, T) -Alma (P)	-Pizza kifli (P) (G, F, Z, R, O, D, S) -Alma (P)
	<i>S:0,0, E:45,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,6, CH:1,0, C:0,0, Ca:7,9</i>	<i>S:0,6, E:153,0, ZS:2,0, T:0,3, F:4,3, CH:21,8, C:0,8, Ca:8,4</i>	<i>S:0,3, E:206,0, ZS:5,6, T:0,0, F:8,7, CH:19,2, C:0,1, Ca:7,9</i>	<i>S:0,0, E:145,0, ZS:6,5, T:0,7, F:2,4, CH:9,7, C:2,3, Ca:7,9</i>	<i>S:0,2, E:103,0, ZS:5,0, T:0,0, F:5,6, CH:28,5, C:0,0, Ca:7,9</i>

Összesen

S:1,2, E:886,0, ZS:35,0, T:0,4, F:39,4,
CH:90,2, C:1,8, Ca:192,4

S:1,6, E:1 115,0, ZS:40,5, T:5,8, F:45,5,
CH:135,2, C:1,4, Ca:105,4

S:0,8, E:895,0, ZS:38,3, T:0,7, F:40,5,
CH:84,3, C:1,5, Ca:41,0

S:1,1, E:732,0, ZS:32,2, T:5,3, F:31,7,
CH:64,9, C:4,7, Ca:81,7
* Adalékanyagot tartalmaz

S:1,1, E:818,0, ZS:28,4, T:5,1, F:38,9,
CH:108,5, C:5,7, Ca:169,3

Jó étvágyat!

Jelmagyarázat:		Allergén jelmagyarázat:			
S: só (g)	E: energia (kcal)	G: glutén, gabonák	Z: zeller	D: diófélék, mandula, pisztácia	C: csillagfürt
ZS: zsír (g)	T: telített zsírsav (g)	L: laktóz, tej, tejtermékek	R: rákfélék	M: mustár	P: puhatestűek
F: fehérje (g)	CH: szénhidrát (g)	T: tojás, fehérje	H: halak	S: szeszámog	
C: cukor (g)	Ca: kalcium (mg)	F: földimogyoró	O: szója	K: szulfitok, kéndioxid	

Étlap

<i>Bölcshódés</i> (1-3 év)	<i>Hétfő</i> 2026.09.14.	<i>Kedd</i> 2026.09.15.	<i>Szerda</i> 2026.09.16.	<i>Csütörtök</i> 2026.09.17.	<i>Péntek</i> 2026.09.18.
<i>Reggeli</i>	-Karamellás tej (P) (L) -félbarna kenyér (P) (G) -Delma Margarin (P) (L) -Paradicsom friss	-Gyümölcs ízű tea (P) -Teljes kiőrlésű zsemle vekni(P) -Delma Margarin (P) (L) -csirkemell sonka (P): -Kígyóuborka friss	-Forralt tej(P) (L) -félbarna kenyér (P) (G) -Delma Margarin (P) (L) -Virágméz (P)	-Gyümölcs ízű tea (P) -Teljes kiőrlésű burgonyás rozs kenyér (p) (G) -Delma Margarin (P) (L) -Mézes Pulyka felvágott (P) (G, L, O) * -Paradicsom friss	-Kakaó ital (P) (L, O) -Vizes zsemle (P) -Delma Margarin (P) (L) -Főtt tojás (P) (T) -Tv paprika friss
	<i>S:0,3, E:216,0, ZS:6,3, T:0,4, F:8,8, CH:29,8, C:0,3, Ca:1,8</i>	<i>S:0,7, E:125,0, ZS:1,3, T:0,6, F:4,6, CH:22,9, C:0,5, Ca:3,6</i>	<i>S:0,3, E:238,0, ZS:6,3, T:0,4, F:8,6, CH:35,2, C:0,3, Ca:0,0</i>	<i>S:0,3, E:165,0, ZS:1,5, T:0,6, F:4,4, CH:33,4, C:0,8, Ca:1,8</i> <i>* Adalékanyagot tartalmaz</i>	<i>S:0,6, E:342,0, ZS:12,1, T:0,3, F:16,3, CH:40,6, C:0,3, Ca:23,9</i>
<i>Tízórai</i>	-Gyümölcs tea Sága (P) <i>S:0,0, E:29,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:7,0, C:0,0, Ca:0,0</i>	-Alma (P) <i>S:0,0, E:45,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,6, CH:1,0, C:0,0, Ca:7,9</i>	-Gyümölcsjoghurt P (G, L) <i>S:0,0, E:1,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,1, C:0,2, Ca:0,0</i>	-Forralt tej(P) (L) <i>S:0,0, E:124,0, ZS:5,6, T:0,0, F:6,8, CH:10,6, C:0,0, Ca:0,0</i>	-Gyümölcs tea Sága (P) <i>S:0,0, E:29,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:7,0, C:0,0, Ca:0,0</i>
<i>Ebéd</i>	-Májgaluska leves (P) (G, T, Z, O, M, S, L) -Zöldbab főzelék (P) (G, L) -Sertés pörkölt (P) (G, T, Z, M, O) -Kenyer ebédhez/ Félbarna/ (P) (G) <i>S:0,7, E:526,0, ZS:20,6, T:3,6, F:28,8, CH:56,1, C:3,2, Ca:83,6</i>	-Tárkonyos csirkeragu leves (P) F (L, G, T, Z, O, M, S) -Mákos metélt (p) (G) <i>S:0,1, E:508,0, ZS:19,2, T:3,8, F:19,6, CH:63,3, C:2,9, Ca:174,3</i>	-Almaleves (P) (L, G) -Natúr pulyka szelet (p) (G, O, T, Z, M) -Zöldséges párolt bulgur .(P) (G, T, Z, O, M, S) <i>S:0,1, E:404,0, ZS:16,0, T:1,1, F:19,3, CH:38,8, C:1,3, Ca:16,5</i>	-Lebbencs leves (P) (G, T, Z, O, M, S, L) -Rántott Trappista sajt Vega(P) -Rizi-bizi(P): (G, T, Z, O, M, S) -Céklasaláta Bölsöde(P): <i>S:0,3, E:572,0, ZS:23,3, T:0,1, F:9,5, CH:80,6, C:1,0, Ca:42,9</i>	-Mustáros tokány (P) (G, T, Z, O, M, S) -Petrezselymes burgonya (P) -Csemegeuborka (P) <i>S:0,1, E:346,0, ZS:13,3, T:0,0, F:18,7, CH:34,9, C:3,7, Ca:16,7</i>
<i>Uzsonna</i>	-vizes kifli(P) (G) -kockasajt (P) (L) -Tv paprika friss <i>S:0,3, E:42,0, ZS:0,1, T:0,0, F:1,5, CH:8,2, C:0,1, Ca:3,3</i>	-sajtos stangli (P) (G, L, T) -Alma (P) -Forralt tej(P) (L) <i>S:0,0, E:250,0, ZS:6,2, T:0,4, F:9,8, CH:27,2, C:0,5, Ca:7,9</i>	-Vizes zsemle (P) -kockasajt (P) (L) -Paradicsom friss <i>S:0,6, E:81,0, ZS:0,1, T:0,0, F:2,8, CH:16,6, C:0,3, Ca:2,3</i>	-vizes kifli(P) (G) -Gyümölcsjoghurt P (G, L) -Alma (P) <i>S:0,3, E:83,0, ZS:0,0, T:0,0, F:1,9, CH:8,8, C:0,3, Ca:7,9</i>	-Forralt tej(P) (L) -foszlós kalács (P) (G, L, T, F, O) -Alma (P) <i>S:0,0, E:175,0, ZS:5,9, T:0,0, F:7,7, CH:13,8, C:0,3, Ca:7,9</i>

Összesen

S:1,3, E:813,0, ZS:27,1, T:4,0, F:39,2, CH:101,2, C:3,7, Ca:88,7

S:0,9, E:927,0, ZS:26,7, T:4,8, F:34,6, CH:114,4, C:3,8, Ca:193,7

S:1,0, E:724,0, ZS:22,4, T:1,5, F:30,7, CH:90,7, C:2,1, Ca:18,8

S:1,0, E:945,0, ZS:30,4, T:0,7, F:22,6, CH:133,4, C:2,0, Ca:52,7
* Adalékanyagot tartalmaz

S:0,8, E:892,0, ZS:31,3, T:0,4, F:42,7, CH:96,3, C:4,3, Ca:48,5

Jó étvágyat!

Jelmagyarázat:		Allergén jelmagyarázat:			
S: só (g)	E: energia (kcal)	G: glutén, gabonák	Z: zeller	D: diófélék, mandula, pisztácia	C: csillagfűrt
ZS: zsír (g)	T: telített zsírsav (g)	L: laktóz, tej, tejtermékek	R: rákfélék	M: mustár	P: puhatestűek
F: fehérje (g)	CH: szénhidrát (g)	T: tojás, fehérje	H: halak	S: szezámmag	
C: cukor (g)	Ca: kalcium (mg)	F: földimogyoró	O: szója	K: szulfitok, kéndioxid	