

Étlap

Bölcsődés (1-3 év)	Hétfő 2026.04.13.	Kedd 2026.04.14.	Szerda 2026.04.15.	Csütörtök 2026.04.16.	Péntek 2026.04.17.
Reggeli	-Gyümölcs ízű tea (P) -Teljes kiőrlésű burgonyás rozs kenyér (p) (G) -Delma Margarin (P) (L) -Trappista sajt(P) (L) -Tv paprika friss	-Gyümölcs ízű tea (P) -Zsemle vekni KEM (P) (G, O, S) -Delma Margarin (P) (L) -Mézes Pulyka felvágott (P) (G, L, O) * -Kígyóborka friss	-Kakaó ital (P) (L, O) -Vizes zsemle (P) -Májkrém /Baromfi/ (P) (G, L, T, Z, O, M) -Kígyóborka friss	-Gyümölcs ízű tea (P) -félbarna kenyér (P) (G) -Főtt virsli (p) (O) -Kígyóborka friss	-Gyümölcs ízű tea (P) -Teljes kiőrlésű kifli (P) (G, L, T) -Túródesszert(P) (G, L)
	S:0,7, E:226,0, ZS:6,1, T:3,6, F:9,5, CH:33,2, C:0,8, Ca:122,8	S:0,3, E:92,0, ZS:0,5, T:0,4, F:1,6, CH:20,1, C:0,1, Ca:3,6 *Adalékanyagot tartalmaz	S:0,6, E:256,0, ZS:5,7, T:0,0, F:9,6, CH:40,1, C:0,3, Ca:3,6	S:1,5, E:238,0, ZS:12,3, T:5,0, F:9,3, CH:22,2, C:0,6, Ca:3,6	S:0,7, E:336,0, ZS:12,0, T:7,5, F:11,7, CH:47,5, C:14,8, Ca:0,0
Tízórai	-Alma (P)	-Forralt tej(P) (L)	-Alma (P)	-Tejes kávé (P) (L, G)	-Kakaó ital (P) (L, O)
	S:0,0, E:45,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,6, CH:1,0, C:0,0, Ca:7,9	S:0,0, E:124,0, ZS:5,6, T:0,0, F:6,8, CH:10,6, C:0,0, Ca:0,0	S:0,0, E:45,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,6, CH:1,0, C:0,0, Ca:7,9	S:0,0, E:150,0, ZS:5,6, T:0,0, F:6,8, CH:17,3, C:0,0, Ca:0,0	S:0,0, E:176,0, ZS:5,6, T:0,0, F:6,8, CH:23,9, C:0,0, Ca:0,0
Ebéd	-Sárgaborsó főzelék savanyú káposztával (P) (G, T, Z, O, M, S) -Sertés pörkölt (P) (G, T, Z, M, O) -Kenyér ebédhez/ Félbarna/ (P) (G)	-Toroskáposzta (P) (G, T, Z, O, M, S) -Kenyér ebédhez/ Félbarna/ (P) (G)	-Rántott Trappista sajt Vega(P) -Párolt bulgur (P) (G, T, Z, O, M, S) -Tartármártás (L, M)	-Bolognai spagetti (P) (G, T, Z, O, M, S, L) -Trappista sajt(P) (L) -Ketchup(P)	-Jókai Bableves (P) (L, G, T, Z, O, M, S) -Nudli baracklekvárral (P): (G, T) -Kenyér ebédhez/ Félbarna/ (P) (G)
	S:0,7, E:582,0, ZS:19,0, T:0,1, F:32,7, CH:69,0, C:1,1, Ca:36,6	S:0,6, E:256,0, ZS:10,0, T:0,1, F:15,7, CH:24,4, C:0,7, Ca:5,3	S:0,2, E:158,0, ZS:10,4, T:3,5, F:2,5, CH:14,0, C:1,4, Ca:32,5	S:0,7, E:443,0, ZS:26,8, T:4,5, F:21,3, CH:33,2, C:12,9, Ca:182,3	S:0,6, E:660,0, ZS:14,2, T:1,9, F:26,6, CH:101,9, C:11,9, Ca:45,0
Uzsonna	-Túrós málnás párna (G, L, T) -Forralt tej(P) (L)	-Sajtkrémek tekercs (G, L, T) -Alma (P)	-Teljes kiőrlésű kifli (P) (G, L, T) -kockasajt (P) (L) -Paradicsom friss	-Mini puffancs (P) (G, L, T, O) -Banán (p)	-pizzás csiga (P) -Alma (P)
	S:0,2, E:208,0, ZS:7,8, T:0,3, F:8,7, CH:24,0, C:2,3, Ca:0,0	S:0,3, E:146,0, ZS:6,7, T:0,7, F:2,4, CH:10,0, C:2,5, Ca:7,9	S:0,6, E:113,0, ZS:2,1, T:0,3, F:3,9, CH:21,6, C:0,8, Ca:2,3	S:0,3, E:273,0, ZS:1,9, T:0,3, F:4,2, CH:57,9, C:2,0, Ca:198,0	S:0,3, E:145,0, ZS:6,5, T:0,7, F:2,4, CH:9,8, C:2,4, Ca:7,9

Összesen

S:1,5, E:1 060,0, ZS:32,8, T:4,0, F:51,4,
CH:127,2, C:4,1, Ca:167,4

S:1,2, E:618,0, ZS:22,8, T:1,1, F:26,5,
CH:65,0, C:3,3, Ca:16,8
*Adalékanyagot tartalmaz

S:1,4, E:571,0, ZS:18,2, T:3,8, F:16,6,
CH:76,7, C:2,4, Ca:46,3

S:2,6, E:1 105,0, ZS:46,6, T:9,8, F:41,6,
CH:130,6, C:15,5, Ca:383,9

S:1,6, E:1 318,0, ZS:38,4, T:10,0,
F:47,5, CH:183,2, C:29,1, Ca:52,9

Jó étvágyat!

Jelmagyarázat:

S: só (g) E: energia (kcal)
ZS: zsír (g) T: telített zsírsav (g)
F: fehérje (g) CH: szénhidrát (g)
C: cukor (g) Ca: kalcium (mg)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák Z: zeller D: diófélék, mandula, pisztácia C: csillagfürt
L: laktóz, tej, tejtermékek R: rákfélék M: mustár P: puhatestűek
T: tojás, fehérje H: halak S: szezám
F: földimogyoró O: szója K: szulfitok, kéndioxid

Étlap

Bölcsődés (1-3 év)	Hétfő 2026.04.20.	Kedd 2026.04.21.	Szerda 2026.04.22.	Csütörtök 2026.04.23.	Péntek 2026.04.24.
Reggeli	<ul style="list-style-type: none">-Gyümölcs ízű tea (P)-fahéjas csiga(P)KEM (G, L, T)-Mandarin (p) <p>S:0,3, E:291,0, ZS:13,1, T:1,4, F:4,8, CH:43,3, C:4,9, Ca:39,4</p>	<ul style="list-style-type: none">-Gyümölcs ízű tea (P)-Teljes kiőrlésű burgonyás rozs kenyér (p) (G)-Delma Margarin (P) (L)-Mézes Pulyka felvágott (P) (G, L, O) *-Kígyóborka friss <p>S:0,3, E:163,0, ZS:1,5, T:0,6, F:4,4, CH:33,0, C:0,8, Ca:3,6 *Adalékanyagot tartalmaz</p>	<ul style="list-style-type: none">-Tejes kávé (P) (L, G)-vizes kifli(P) (G)-Kígyóborka friss-kockasajt (P) (L) <p>S:0,3, E:190,0, ZS:5,7, T:0,0, F:8,3, CH:25,3, C:0,1, Ca:4,1</p>	<ul style="list-style-type: none">-Gyümölcs ízű tea (P)-pizzás csiga (P) <p>S:0,3, E:147,0, ZS:6,5, T:0,7, F:1,8, CH:20,6, C:2,4, Ca:0,0</p>	<ul style="list-style-type: none">-Karamellás tej (P) (L)-foszlós kalács (P) (G, L, T, F, O)-Mandarin (p) <p>S:0,0, E:247,0, ZS:5,9, T:0,0, F:8,3, CH:39,6, C:0,3, Ca:39,4</p>
Tízórai	<ul style="list-style-type: none">-Alma (P)-Forralt tej(P) (L) <p>S:0,0, E:169,0, ZS:5,6, T:0,0, F:7,4, CH:11,6, C:0,0, Ca:7,9</p>	<ul style="list-style-type: none">-Forralt tej(P) (L) <p>S:0,0, E:124,0, ZS:5,6, T:0,0, F:6,8, CH:10,6, C:0,0, Ca:0,0</p>	<ul style="list-style-type: none">-Gyümölcs tea Sága (P) <p>S:0,0, E:29,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:7,0, C:0,0, Ca:0,0</p>	<ul style="list-style-type: none">-Forralt tej(P) (L) <p>S:0,0, E:124,0, ZS:5,6, T:0,0, F:6,8, CH:10,6, C:0,0, Ca:0,0</p>	<ul style="list-style-type: none">-Alma (P) <p>S:0,0, E:45,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,6, CH:1,0, C:0,0, Ca:7,9</p>
Ebéd	<ul style="list-style-type: none">-Hamis gulyásleves bölcsőde. (P) (G, T, Z, M)-Zöldborsó főzelék .(P) (G, L)-Sertés vagdalt (P) (T, G, O, Z, M, S)-Kenyer ebédhez/ Félbarna/ (P) (G) <p>S:0,9, E:571,0, ZS:17,6, T:1,6, F:28,2, CH:70,1, C:3,2, Ca:30,6</p>	<ul style="list-style-type: none">-Frankfurti leves(P) (G, L, T, M, S, O, Z)-Mákos metélt (p) (G) <p>S:0,6, E:510,0, ZS:22,8, T:4,4, F:16,3, CH:59,7, C:1,1, Ca:209,8</p>	<ul style="list-style-type: none">-Zöldséges karfiol leves (P) (Z, G, T, O, M, S, L)-Kínai csirke édes savanyú. (P) (G, T, Z, O, M, S)-Párolt rizs (P) <p>S:0,2, E:460,0, ZS:17,5, T:0,1, F:29,0, CH:48,0, C:3,2, Ca:17,3</p>	<ul style="list-style-type: none">-Főtt sertéshús (P)-Főtt burgonya (P)-Meggymártás (P) (L, G) <p>S:0,1, E:715,0, ZS:26,8, T:4,2, F:33,0, CH:83,1, C:16,6, Ca:55,6</p>	<ul style="list-style-type: none">-lencsefőzelék (P) (G, L, M)-Sertés pörkölt (P) (G, T, Z, M, O)-Kenyer ebédhez/ Félbarna/ (P) (G) <p>S:0,8, E:492,0, ZS:16,7, T:2,2, F:28,6, CH:51,2, C:1,8, Ca:56,0</p>
Uzsonna	<ul style="list-style-type: none">-vizes kifli(P) (G)-Túródesszert(P) (G, L) <p>S:0,4, E:220,0, ZS:10,0, T:7,2, F:9,3, CH:22,6, C:14,1, Ca:0,0</p>	<ul style="list-style-type: none">-Sajtkrémek tekercs (G, L, T)-Alma (P) <p>S:0,3, E:146,0, ZS:6,7, T:0,7, F:2,4, CH:10,0, C:2,5, Ca:7,9</p>	<ul style="list-style-type: none">-Túrós táska (P) (G, L, T)-Alma (P) <p>S:0,0, E:145,0, ZS:6,5, T:0,7, F:2,4, CH:9,7, C:2,3, Ca:7,9</p>	<ul style="list-style-type: none">-vizes kifli(P) (G)-Alma (P)-Gyümölcsjoghurt P (G, L) <p>S:0,3, E:83,0, ZS:0,0, T:0,0, F:1,9, CH:8,8, C:0,3, Ca:7,9</p>	<ul style="list-style-type: none">-Teljes kiőrlésű croissan(P)-Alma (P) <p>S:0,1, E:140,0, ZS:4,6, T:2,3, F:1,9, CH:12,6, C:5,1, Ca:7,9</p>

Összesen

S:1,6, E:1 250,0, ZS:46,3, T:10,2,
F:49,6, CH:147,7, C:22,2, Ca:77,9

S:1,2, E:943,0, ZS:36,5, T:5,7, F:29,9,
CH:113,2, C:4,3, Ca:221,3
*Adalékanyagot tartalmaz

S:0,5, E:825,0, ZS:29,6, T:0,8, F:39,7,
CH:90,0, C:5,6, Ca:29,3

S:0,7, E:1 070,0, ZS:39,0, T:4,9, F:43,5,
CH:123,0, C:19,3, Ca:63,5

S:0,9, E:923,0, ZS:27,2, T:4,5, F:39,4,
CH:104,3, C:7,2, Ca:111,3

Jó étvágyat!

Jelmagyarázat:

S: só (g) E: energia (kcal)
ZS: zsír (g) T: telített zsírsav (g)
F: fehérje (g) CH: szénhidrát (g)
C: cukor (g) Ca: kalcium (mg)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák Z: zeller D: diófélék, mandula, pisztácia C: csillagfűrt
L: laktóz, tej, tejtermékek R: rákfélék M: mustár P: puhatestűek
T: tojás, fehérje H: halak S: szezám
F: földimogyoró O: szója K: szulfitok, kéndioxid