

Étlap

Bölcsődés (1-3 év)	Hétfő 2026.06.22.	Kedd 2026.06.23.	Szerda 2026.06.24.	Csütörtök 2026.06.25.	Péntek 2026.06.26.
Reggeli	<ul style="list-style-type: none">-Gyümölcs ízű tea (P)-Teljes kiőrlésű burgonyás rozs kenyér (p) (G)-Magyaros Körözött (P) (L)-Tv paprika friss <p>S:0,3, E:240,0, ZS:5,8, T:3,1, F:9,4, CH:38,4, C:2,1, Ca:37,8</p>	<ul style="list-style-type: none">-Gyümölcs ízű tea (P)-sajtos baquette(P) (G, L, T, S)-Delma Margarin (P) (L)-Mézes Pulyka felvágott (P) (G, L, O) *-Kígyóborka friss <p>S:0,0, E:54,0, ZS:0,5, T:0,4, F:0,4, CH:12,2, C:0,0, Ca:3,6 *Adalékanyagot tartalmaz</p>	<ul style="list-style-type: none">-Kakaó ital (P) (L, O)-Teljes kiőrlésű zsemle (P) (G, L, T)-Májkrém /Baromfi/ (P) (G, L, T, Z, O, M)-Tv paprika friss <p>S:0,3, E:232,0, ZS:5,8, T:0,0, F:8,5, CH:34,9, C:0,4, Ca:2,8</p>	<ul style="list-style-type: none">-Gyümölcs ízű tea (P)-zsemlevekni KEM(P) (G, O, S)-Sajtkrém (P) (L)-Kígyóborka friss <p>S:0,3, E:208,0, ZS:10,6, T:0,0, F:6,3, CH:20,9, C:0,1, Ca:115,6</p>	<ul style="list-style-type: none">-Gyümölcs ízű tea (P)-Teljes kiőrlésű kifli (P) (G, L, T)-Gyümölcsjoghurt P (G, L) <p>S:0,6, E:155,0, ZS:2,0, T:0,3, F:3,8, CH:32,7, C:0,9, Ca:0,0</p>
Tízórai	<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">-Kakaó ital (P) (L, O) <p>S:0,0, E:176,0, ZS:5,6, T:0,0, F:6,8, CH:23,9, C:0,0, Ca:0,0</p>	<ul style="list-style-type: none">-Tejes kávé (P) (L, G) <p>S:0,0, E:150,0, ZS:5,6, T:0,0, F:6,8, CH:17,3, 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">-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>
Ebéd	<ul style="list-style-type: none">-Tarhonya leves (P) (G, T, Z, O, M, S, L)-Tökfőzelék (P) (G, L)-Csirke nuggets (P)-Kenyér ebédhez/ Félbarna/ (P) (G) <p>S:0,7, E:433,0, ZS:17,9, T:4,3, F:10,3, CH:50,9, C:2,7, Ca:70,0</p>	<ul style="list-style-type: none">-Reszelttészta leves (P) (G, T, Z, O, M, S, L)-Kínai csirke édes savanyú. (P) (G, T, Z, O, M, S)-Párolt rizs (P) <p>S:0,2, E:532,0, ZS:20,7, T:0,2, F:29,5, CH:57,2, C:2,8, Ca:6,1</p>	<ul style="list-style-type: none">-Kassai gulyásleves (P) (G, T, Z, O, M, S, L)-Túrógombóc (P) (G, L, T)-Kenyér ebédhez/ Félbarna/ (P) (G) <p>S:1,8, E:761,0, ZS:21,5, T:1,5, F:28,0, CH:113,1, C:9,9, Ca:8,6</p>	<ul style="list-style-type: none">-Meggyleves (P): (L, G)-Bolognai spagetti (P) (G, T, Z, O, M, S, L)-Ketchup(P)-Trappista sajt(P) (L) <p>S:0,7, E:601,0, ZS:30,5, T:6,0, F:24,2, CH:62,5, C:13,3, Ca:216,9</p>	<ul style="list-style-type: none">-Fokhagymakrémleves levesgyöngy(P) (G, T, Z, O, M, S, L)-Petrezselymes-hagymás burgonya(P)-Sertés pörkölt (P) (G, T, Z, M, O)-Uborka saláta(P) <p>S:0,2, E:571,0, ZS:27,3, T:3,6, F:21,8, CH:62,8, C:1,3, Ca:71,2</p>
Uzsonna	<ul style="list-style-type: none">-Briós (P) (G, L, T, D)-Sárgabarack (P)-Limonádé védőital (P) <p>S:0,3, E:207,0, ZS:1,9, T:0,3, F:2,0, CH:44,0, C:2,0, Ca:0,0</p>	<ul style="list-style-type: none">-foszlós kalács (P) (G, L, T, F, O)-Delma Margarin (P) (L)-Limonádé védőital (P) <p>S:0,0, E:133,0, ZS:0,7, T:0,4, F:0,4, CH:32,8, C:0,3, Ca:0,0</p>	<ul style="list-style-type: none">-pizzás csiga (P)-Limonádé védőital (P) <p>S:0,3, E:224,0, ZS:6,6, T:0,7, F:1,9, CH:39,5, C:2,4, Ca:0,0</p>	<ul style="list-style-type: none">-vizes kifli(P) (G)-Gyümölcsjoghurt P (G, L)-Limonádé védőital (P) <p>S:0,3, E:161,0, ZS:0,1, T:0,0, F:1,4, CH:38,4, C:0,3, Ca:0,0</p>	<ul style="list-style-type: none">-áfonyás rácsos KEM(P) (G)-Limonádé védőital (P) <p>S:0,6, E:324,0, ZS:12,7, T:1,4, F:17,6, CH:34,2, C:4,6, Ca:0,0</p>

Összesen

S:1,3, E:1 004,0, ZS:31,2, T:7,7, F:28,4,
CH:143,9, C:6,8, Ca:107,8

S:0,2, E:894,0, ZS:27,5, T:0,9, F:37,0,
CH:126,1, C:3,1, Ca:9,7
* Adalékanyagot tartalmaz

S:2,4, E:1 367,0, ZS:39,4, T:2,3, F:45,2,
CH:204,8, C:12,7, Ca:11,4

S:1,4, E:1 094,0, ZS:46,7, T:6,0, F:38,7,
CH:132,4, C:13,7, Ca:332,5

S:1,3, E:1 174,0, ZS:47,6, T:5,3, F:49,9,
CH:140,3, C:6,8, Ca:71,2

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
L: laktóz, tej, tejtermékek
T: tojás, fehérje
F: földimogyoró

Z: zeller
R: rákfélék
H: halak
O: szója

D: diófélék, mandula, pisztácia
M: mustár
S: szezám
K: szulfitok, kéndioxid

C: csillagfürt
P: puhatestűek

Étlap

<i>Bölcshódés</i> (1-3 év)	<i>Hétfő</i> 2026.06.29.	<i>Kedd</i> 2026.06.30.	<i>Szerda</i> 2026.07.01.	<i>Csütörtök</i> 2026.07.02.	<i>Péntek</i> 2026.07.03.
<i>Reggeli</i>	-Vaniliás ital (L) -Melegszendvics/ Sajtos/ (P) (G, L, T) -Kígyóuborka friss	-Gyümölcs ízű tea (P) -Zsemle vekni KEM (P) (G, O, S) -Delma Margarin (P) (L) -Trappista sajt(P) (L) -Paradicsom friss	-Gyümölcs ízű tea (P) -Teljes kiörlésű zsemle (P) (G, L, T) -Delma Margarin (P) (L) -Szendvics sonka (P) -Tv paprika friss	-Gyümölcs ízű tea (P) -félbarna kenyér (P) (G) -Sajtkrém (P) (L) -Paradicsom friss	-Gyümölcs ízű tea (P) -Teljes kiörlésű croissan vaniliás (P) -Gyümölcsjoghurt P (G, L)
	S:2,2, E:427,0, ZS:11,6, T:5,2, F:18,9, CH:58,5, C:14,7, Ca:250,3	S:0,6, E:155,0, ZS:5,0, T:3,3, F:6,7, CH:20,5, C:0,2, Ca:121,8	S:0,6, E:132,0, ZS:1,6, T:0,7, F:5,4, CH:23,3, C:0,5, Ca:2,8	S:0,3, E:217,0, ZS:10,9, T:0,0, F:6,8, CH:21,8, C:0,3, Ca:113,8	S:0,1, E:142,0, ZS:4,7, T:2,3, F:1,4, CH:23,5, C:5,2, Ca:0,0
<i>Tízórai</i>	-Forralt tej(P) (L)	-Forralt tej(P) (L)	-Karamellás tej (P) (L) -Limonádé védőital (P)	-Tejes kávé (P) (L, G)	-Forralt tej(P) (L) -Limonádé védőital (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	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:286,0, ZS:5,6, T:0,0, F:6,9, CH:51,3, C:0,0, Ca:0,0	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:247,0, ZS:5,6, T:0,0, F:6,9, CH:41,3, C:0,0, Ca:0,0
<i>Ebéd</i>	-Pergelt burgonyaleves (P) (G, T, Z, O, M, S, L) -Zöldbab főzelék (P) (G, L) -Sült rudacska /Baromfi/ (p) (O) -Kenyér ebédhez/ Félbarna/ (P) (G)	-Köménymaglevés (P) (T, G) -Sajtos csirkemell tokány(P) (L, G, T, Z, M) -Főtt durumtészta köret/orsó tészta/ (P)F (G)	-Paradicsomleves. (P) (G, T, Z, M) -Francia Rakott burgonya (P) (L, G, T, Z, O, M, S) -Csemegeuborka (P)	-Babgulyás (P) (G, T, Z, O, M, S) -Lekváros derelye (P) (G, T) -Kenyér ebédhez/ Félbarna/ (P) (G)	-Zöldséges karfiol leves (P) (Z, G, T, O, M, S, L) -Párolt bulgur (P) (G, T, Z, O, M, S) -Rántott Trappista sajt Vega(P) -Tartármártás (L, M)
	S:0,0, E:558,0, ZS:28,3, T:8,3, F:19,3, CH:53,7, C:2,7, Ca:100,5	S:0,1, E:434,0, ZS:16,7, T:0,2, F:25,7, CH:45,9, C:0,0, Ca:15,2	S:0,3, E:503,0, ZS:22,9, T:4,9, F:18,0, CH:53,5, C:6,6, Ca:120,9	S:0,7, E:929,0, ZS:26,6, T:0,1, F:28,6, CH:140,1, C:1,6, Ca:29,8	S:0,3, E:199,0, ZS:11,9, T:3,6, F:4,2, CH:20,0, C:3,5, Ca:44,3
<i>Uzsonna</i>	-sajtos stangli (P) (G, L, T) -Gyümölcsjoghurt P (G, L) -görög dinnye (P) -Limonádé védőital (P)	-Túró rudi (P) (L) -vizes kifli(P) (G) -görög dinnye (P) -Limonádé védőital (P)	-Pizza kifli (P) (G, F, Z, R, O, D, S) -görög dinnye (P)	-fahéjas csiga(P)KEM (G, L, T) -görög dinnye (P) -Limonádé védőital (P)	-sajtos stangli (P) (G, L, T) -Delma Margarin (P) (L) -csirkemell sonka (P): -Paradicsom friss -görög dinnye (P)
	S:0,0, E:234,0, ZS:0,7, T:0,4, F:3,0, CH:52,9, C:0,7, Ca:19,4	S:0,3, E:295,0, ZS:5,5, T:0,0, F:6,3, CH:54,1, C:0,1, Ca:19,4	S:0,2, E:88,0, ZS:5,0, T:0,0, F:5,5, CH:34,0, C:0,0, Ca:19,4	S:0,3, E:319,0, ZS:13,1, T:1,4, F:4,1, CH:51,9, C:4,9, Ca:19,4	S:0,5, E:140,0, ZS:2,0, T:1,0, F:6,1, CH:23,3, C:0,6, Ca:21,2
<i>Összesen</i> Jó étvágyat!	S:4,2, E:1 343,0, ZS:46,2, T:13,8, F:48,0, CH:175,8, C:18,1, Ca:370,1	S:1,1, E:1 008,0, ZS:32,8, T:3,5, F:45,5, CH:131,1, C:0,3, Ca:156,4	S:1,1, E:1 009,0, ZS:35,2, T:5,6, F:35,8, CH:162,0, C:7,1, Ca:143,1	S:1,3, E:1 615,0, ZS:56,1, T:1,6, F:46,3, CH:231,1, C:6,7, Ca:163,0	S:0,8, E:728,0, ZS:24,2, T:6,9, F:18,5, CH:108,1, C:0,3, Ca:65,5

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: szezámag	
C: cukor (g)	Ca: kalcium (mg)	F: földimogyoró	O: szója	K: szulfitok, kéndioxid	

Allergén jelmagyarázat: