

Étlap

Bölcsődés (1-3 év)	Hétfő 2025.09.15.	Kedd 2025.09.16.	Szerda 2025.09.17.	Csütörtök 2025.09.18.	Péntek 2025.09.19.
Reggeli	-Gyümölcs ízű tea (P) -Teljes kiőrlésű burgonyás rozs kenyér (p) (G) -Sajtkrém (P) (L) -Tv paprika friss	-Tejes kávé (P) (L, G) -vizes kifli(P) (G) -kockasajt (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) * -Kígyóborka friss	-Gyümölcs ízű tea (P) -Teljes kiőrlésű burgonyás rozs kenyér (p) (G) -Delma Margarin (P) (L) -Trappista sajt(P) (L) -Tv paprika friss
	S:0,3, E:281,0, ZS:11,6, T:0,3, F:9,1, CH:34,1, C:0,8, Ca:114,8	S:0,3, E:179,0, ZS:5,7, T:0,0, F:8,3, CH:22,4, C:0,1, Ca:2,3	S:0,3, E:246,0, ZS:7,5, T:0,6, F:11,1, CH:33,5, C:0,8, Ca:23,9	S:0,3, E:46,0, ZS:0,5, T:0,4, F:1,7, CH:8,1, C:0,3, Ca:3,6 * Adalékanyagot tartalmaz	S:0,7, E:226,0, ZS:6,1, T:3,6, F:9,5, CH:33,2, C:0,8, Ca:122,8
Tízórai	-Forralt tej(P) (L)	-Forralt tej(P) (L)	-Tejes kávé (P) (L, G)	-Forralt tej(P) (L)	-Forralt tej(P) (L) -Alma (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:137,0, ZS:5,6, T:0,0, F:6,8, CH:14,0, 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:169,0, ZS:5,6, T:0,0, F:7,4, CH:11,6, C:0,0, Ca:7,9
Ebéd	-Sült rudacska /Baromfi/ (p) (O) -Kelkáposzta főzelék(P) (G) -Kenyer ebédhez/ Félbarna/ (P) (G)	-Pulyka gyros (P) (G, T, Z, O, M, S) -Főtt burgonya (P) -Sajtkrémleves levesgyöngy(P) (G, T, Z, O, M, S, L)	-Párolt bulgur Bölcsőde (P) -Halrudacska (P) (G, T, H) -Káposzta saláta(P)	-Tökfőzelék (P) (G, L) -Sertés pörkölt (P) (G, T, Z, M, O) -Kenyér ebédhez/ Félbarna/ (P) (G)	-Babgulyás (P) (G, T, Z, O, M, S) -csokis croissant/KEM/(P) (G)
	S:1,8, E:391,0, ZS:19,1, T:4,8, F:16,6, CH:37,0, C:1,0, Ca:60,2	S:0,2, E:368,0, ZS:12,6, T:2,1, F:25,0, CH:38,3, C:0,3, Ca:75,8	S:0,1, E:260,0, ZS:7,3, T:0,0, F:12,3, CH:36,9, C:0,0, Ca:29,7	S:0,7, E:542,0, ZS:29,5, T:4,3, F:21,9, CH:44,4, C:2,1, Ca:71,1	S:0,6, E:438,0, ZS:21,3, T:1,5, F:18,4, CH:41,0, C:5,7, Ca:29,8
Uzsonna	-almás fahéjas párna KEM.(P) -Alma (P)	-Briós (P) (G, L, T, D) -Alma (P)	-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)
	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:0,3, E:128,0, ZS:1,9, T:0,3, F:2,5, CH:14,3, C:2,0, Ca:7,9	S:0,3, E:206,0, ZS:5,6, T:0,0, F:8,7, CH:19,2, C:0,1, Ca:7,9	S:0,0, E:145,0, ZS:6,5, T:0,7, F:2,4, CH:9,7, C:2,3, Ca:7,9	S:0,2, E:103,0, ZS:5,0, T:0,0, F:5,6, CH:28,5, C:0,0, Ca:7,9

Összesen

S:2,2, E:840,0, ZS:36,3, T:5,0, F:33,1,
CH:82,6, C:1,8, Ca:182,9

S:0,8, E:800,0, ZS:25,7, T:2,4, F:42,6,
CH:85,6, C:2,4, Ca:86,1

S:0,7, E:849,0, ZS:26,0, T:0,6, F:38,8,
CH:103,6, C:0,9, Ca:61,5

S:1,0, E:857,0, ZS:42,1, T:5,3, F:32,7,
CH:72,8, C:4,7, Ca:82,7
* Adalékanyagot tartalmaz

S:1,5, E:935,0, ZS:38,0, T:5,1, F:40,8,
CH:114,4, C:6,5, Ca:168,5

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>Bölcsődés</i> (1-3 év)	<i>Hétfő</i> 2025.09.22.	<i>Kedd</i> 2025.09.23.	<i>Szerda</i> 2025.09.24.	<i>Csütörtök</i> 2025.09.25.	<i>Péntek</i> 2025.09.26.
<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:316,0, ZS:12,1, T:0,3, F:16,3, CH:34,0, 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:544,0, ZS:22,3, T:3,6, F:28,8, CH:57,4, C:3,2, Ca:83,5</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) -Zöldséges párolt bulgur .(P) (G, T, Z, O, M, S) <i>S:0,1, E:438,0, ZS:23,0, T:0,9, F:15,1, CH:34,3, C:1,1, Ca:16,1</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>	-Zsemle vekni KEM (P) (G, O, S) -kockasajt (P) (L) -Tv paprika friss <i>S:0,3, E:42,0, ZS:0,1, T:0,0, F:1,5, CH:8,5, 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>	-Briós (P) (G, L, T, D) -Alma (P) <i>S:0,3, E:128,0, ZS:1,9, T:0,3, F:2,5, CH:14,3, C:2,0, Ca:7,9</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:832,0, ZS:28,7, T:4,0, F:39,1,
CH:102,7, C:3,7, Ca:88,6

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:0,6, E:805,0, ZS:31,1, T:1,6, F:26,3,
CH:84,0, C:3,5, Ca:24,0

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:866,0, ZS:31,3, T:0,4, F:42,7,
CH:89,6, 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: 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	