

Bölcsődés (1-3 év)	Hétfő 2025.03.03.	Kedd 2025.03.04.	Szerda 2025.03.05.	Csütörtök 2025.03.06.	Péntek 2025.03.07.
Reggeli	-Forralt tej(P) (L) -Teljes kiőrlésű burgonyás rozs kenyér (p) (G) -Delma Margarin (P) (L) -Tv paprika friss -Szendvics sonka (P) S:0,6, E:268,0, ZS:8,2, T:0,9, F:14,8, CH:32,5, C:0,9, Ca:2,8	-Kakaó ital (P) (L, O) -Zsemle vekni KEM (P) (G, O, S) -Delma Margarin (P) (L) -Paradicsom friss -Szendvics sonka (P) S:0,6, E:327,0, ZS:7,2, T:0,7, F:12,0, CH:53,1, C:0,2, Ca:1,8	-Gyümölcs ízű tea (P) -Zsemle vekni KEM (P) (G, O, S) -Delma Margarin (P) (L) -Trappista sajt(P) (L) -Kígyóuborka friss S:0,6, E:153,0, ZS:5,0, T:3,3, F:6,7, CH:20,0, C:0,2, Ca:123,6	-Tejes kávé (P) (L, G) -vizes kifli(P) (G) -Delma Margarin (P) (L) -Tv paprika friss -Főtt tojás (P) (T) S:0,3, E:265,0, ZS:12,1, T:0,3, F:15,1, CH:22,5, C:0,1, Ca:23,9	-Gyümölcs ízű tea (P) -Teljes kiőrlésű kifli (P) (G, L, T) -kockasajt (P) (L) -Kígyóuborka friss S:0,6, E:157,0, ZS:2,0, T:0,3, F:3,9, CH:32,9, C:0,8, Ca:4,1
Tízórai	-Gyümölcs tea Sága (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	-Banán (p) S:0,1, E:189,0, ZS:0,0, T:0,0, F:2,3, CH:43,6, C:0,0, Ca:198,0	-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	-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	-Gyümölcsjoghurt P (G, L) S:0,0, E:1,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,1, C:0,2, Ca:0,0
Ebéd	-Sertés pörkölt Bölcsőde (P) (G, O, T, Z, M) -Zöldborsó főzelék (P) (G, L) -Kenyér ebédhez/ Félbarna/ (P) (G) S:0,6, E:513,0, ZS:17,4, T:3,6, F:27,7, CH:59,6, C:1,8, Ca:39,0	-Bolognai spagetti (P) (G, T, Z, O, M, S, L) -Csemegeuborka (P) S:0,4, E:374,0, ZS:22,2, T:1,5, F:16,7, CH:30,1, C:9,9, Ca:62,3	-Mexikói zöldségragu VEGA (P) (G, T, Z, O, M, S) -Halrudacska (P) (G, T, H) -Csemegeuborka (P) S:0,0, E:650,0, ZS:47,2, T:0,1, F:12,1, CH:36,4, C:10,8, Ca:2,9	-Toroskáposzta (P) (G, T, Z, O, M, S) -Kenyér ebédhez/ Félbarna/ (P) (G) S:0,7, E:460,0, ZS:28,6, T:0,1, F:17,2, CH:32,9, C:0,8, Ca:5,3	-Zöldséges erőleves eperlevél. (P) (G, T, Z, O, M, S, L) -Burgonyafőzelék (P) (G, L) -Sertés pörkölt Bölcsőde (P) (G, O, T, Z, M) S:0,2, E:475,0, ZS:20,5, T:3,6, F:20,6, CH:50,8, C:2,7, Ca:51,7
Uzsonna	-félbarna kenyér (P) (G) -Delma Margarin (P) (L) -Tv paprika friss -Főtt tojás (P) (T) S:0,3, E:135,0, ZS:6,7, T:0,4, F:8,7, CH:9,3, C:0,3, Ca:23,9	-Vizes zsemle (P) -kockasajt (P) (L) -Kígyóuborka friss S:0,6, E:79,0, ZS:0,0, T:0,0, F:2,8, CH:16,1, C:0,3, Ca:4,1	-Teljes kiőrlésű kifli (P) (G, L, T) -Májkrém /Baromfi/ (P) (G, L, T, Z, O, M) -Tv paprika friss S:0,6, E:113,0, ZS:2,2, T:0,3, F:4,0, CH:21,4, C:0,8, Ca:2,8	-vizes kifli(P) (G) -Delma Margarin (P) (L) -Paradicsom friss -Forralt tej(P) (L) S:0,3, E:170,0, ZS:6,0, T:0,3, F:8,3, CH:19,0, C:0,1, Ca:1,8	-pizzás csiga (P) -Paradicsom friss -Forralt tej(P) (L) S:0,3, E:229,0, ZS:12,2, T:0,7, F:8,8, CH:20,2, C:2,4, Ca:1,8
Összesen	S:1,5, E:945,0, ZS:32,3, T:4,9, F:51,3, CH:108,5, C:2,9, Ca:65,7	S:1,7, E:969,0, ZS:29,4, T:2,2, F:33,8, CH:142,9, C:10,3, Ca:266,2	S:1,3, E:961,0, ZS:54,3, T:3,7, F:23,3, CH:78,9, C:11,7, Ca:137,2	S:1,3, E:939,0, ZS:46,7, T:0,7, F:41,2, CH:75,4, C:1,1, Ca:38,9	S:1,0, E:862,0, ZS:34,7, T:4,5, F:33,4, CH:104,0, C:6,0, Ca:57,6

Jó étvágyat!

Jelmagyarázat:

S: só (g)
ZS: zsír (g)
F: fehérje (g)
C: cukor (g)

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: szezámag
K: szulfitok, kéndioxid

C: csillagfűrt
P: puhatestűek

Bölcsődés (1-3 év)	Hétfő 2025.03.10.	Kedd 2025.03.11.	Szerda 2025.03.12.	Csütörtök 2025.03.13.	Péntek 2025.03.14.
Reggeli	-Karamellás tej (P) (L) -félbarna kenyér (P) (G) -Delma Margarin (P) (L) -Paradicsom friss -csirkemell sonka (P): S:0,7, E:238,0, ZS:7,2, T:0,6, F:11,8, CH:30,2, C:0,4, Ca:1,8	-Gyümölcs ízű tea (P) -Teljes kiőrlésű zsemle vekni(P) -Delma Margarin (P) (L) -Kígyóborka friss -Főtt tojás (P) (T) S:0,3, E:186,0, ZS:6,4, T:0,3, F:8,4, CH:22,8, C:0,4, Ca:24,7	-Gyümölcs ízű tea (P) -félbarna kenyér (P) (G) -Delma Margarin (P) (L) -Kígyóborka friss -kockasajt (P) (L) S:0,3, E:98,0, ZS:0,7, T:0,4, F:2,0, CH:20,5, C:0,3, Ca:4,1	-Gyümölcs ízű tea (P) -Teljes kiőrlésű burgonyás rozs kenyér (p) (G) -Májkrém /Baromfi/ (P) (G, L, T, Z, O, M) -Paradicsom friss S:0,3, E:162,0, ZS:1,1, T:0,3, F:4,3, CH:33,4, C:0,8, Ca:1,8	-Kakaó ital (P) (L, O) -félbarna kenyér (P) (G) -Delma Margarin (P) (L) -Tv paprika friss -csirkemell sonka (P): S:0,7, E:329,0, ZS:7,2, T:0,6, F:11,8, CH:53,3, C:0,4, Ca:2,8
Tízórai	-Gyümölcs tea Sága (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	-Túródesszert(P) (G, L) S:0,1, E:182,0, ZS:10,0, T:7,2, F:8,0, CH:15,0, C:14,0, Ca:0,0	-Gyümölcsjoghurt P (G, L) S:0,0, E:1,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,1, C:0,2, Ca:0,0	-Forralt tej(P) (L) S:0,0, E:124,0, ZS:5,6, T:0,0, F:6,8, CH:10,6, C:0,0, Ca:0,0	-Gyümölcs tea Sága (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
Ebéd	-Májgaluska leves bölcsőde (P) (G, T, Z, M, O) -Sertés pörkölt Bölcsőde (P) (G, O, T, Z, M) -Finom főzelék (P): (G, L) S:0,2, E:579,0, ZS:28,2, T:1,8, F:28,2, CH:52,6, C:5,3, Ca:40,4	-Alföldi gulyásleves .(P) (G, T, Z, O, M, S, L) -Túrós csusza (P) (L, G) S:0,2, E:559,0, ZS:29,7, T:5,8, F:23,0, CH:44,9, C:3,5, Ca:73,0	-Buggyantott tojásleves(P) (G, T, Z, O, M, S) -Tökfőzelék (P) (G, L) -Sertés vagdalt (P) (T, G, O, Z, M, S) S:0,5, E:639,0, ZS:40,3, T:4,2, F:26,8, CH:41,4, C:1,6, Ca:95,9	-Lebbencs leves Bölcsőde (P) (G, T, Z, M) -Párolt rizs mexikói zöld körettel (P) (P) -Rántott Trappista sajt Vega(P) -Tartármártás (L, M) S:0,2, E:497,0, ZS:15,4, T:3,7, F:11,6, CH:75,7, C:4,3, Ca:118,5	-Brokkoli főzelék (P) (G, L, O) -Főtt sertéshús (P) S:0,1, E:482,0, ZS:32,2, T:3,5, F:32,0, CH:14,0, C:1,0, Ca:33,5
Uzsonna	-vizes kifli(P) (G) -kockasajt (P) (L) -Tv paprika friss -Forralt tej(P) (L) S:0,3, E:166,0, ZS:5,7, T:0,0, F:8,3, CH:18,8, C:0,1, Ca:3,3	-vizes kifli(P) (G) -Delma Margarin (P) (L) -Paradicsom friss -Forralt tej(P) (L) S:0,3, E:170,0, ZS:6,0, T:0,3, F:8,3, CH:19,0, C:0,1, Ca:1,8	-zsemlevekni KEM(P) (G, O, S) -Sajtkrém (P) (L) -Tv paprika friss S:0,3, E:163,0, ZS:10,6, T:0,0, F:6,3, CH:9,4, C:0,1, Ca:114,8	-vizes kifli(P) (G) -Delma Margarin (P) (L) -Kígyóborka friss -Forralt tej(P) (L) S:0,3, E:167,0, ZS:6,0, T:0,3, F:8,3, CH:18,6, C:0,1, Ca:3,6	-Vizes zsemle (P) -Delma Margarin (P) (L) -Paradicsom friss -Főtt tojás (P) (T) S:0,6, E:167,0, ZS:6,4, T:0,3, F:9,5, CH:16,9, C:0,3, Ca:22,9
Összesen	S:1,2, E:1 011,0, ZS:41,1, T:2,5, F:48,3, CH:108,6, C:5,8, Ca:45,6	S:0,9, E:1 096,0, ZS:52,1, T:13,7, F:47,7, CH:101,7, C:18,1, Ca:99,5	S:1,1, E:900,0, ZS:51,6, T:4,6, F:35,1, CH:71,4, C:2,2, Ca:214,8	S:0,9, E:950,0, ZS:28,2, T:4,3, F:31,0, CH:138,3, C:5,2, Ca:123,9	S:1,4, E:1 006,0, ZS:45,9, T:4,5, F:53,3, CH:91,2, C:1,6, Ca:59,2

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 D: diófélék, mandula, pisztácia
R: rákfélék M: mustár
H: halak S: szezámag
O: szója K: szulfitok, kéndioxid

C: csillagfűrt
P: puhatestűek