

Bölcsődei étlap

Étlap

2025. március 3 - 2025. március 7

Étkezés	2025.03.03 Hétfő	2025.03.04 Kedd	2025.03.05 Szerda	2025.03.06 Csütörtök	2025.03.07 Péntek
Reggeli	Vajas-mézes kenyér ^{1,6,7} , Liga margarin, Karamellás tej ⁷ E: 279kcal Zsír: 9g Tel.zsír.: 4g Feh.: 10g CH: 39g Cuk.: 15g Só: 1,1g Ca: 213mg	Félbarna kenyér ^{1,6} , Pulykamell sonka, TV paprika, Liga margarin, Tea E: 185kcal Zsír: 5g Tel.zsír.: 1g Feh.: 7g CH: 27g Cuk.: 6g Só: 0,9g Ca: 11mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Kígyóuborka, Tej ⁷ , Kockasajt(Medve) ⁷ E: 271kcal Zsír: 11g Tel.zsír.: 7g Feh.: 13g CH: 29g Cuk.: 11g Só: 1,4g Ca: 306mg	Tojásrántotta ^{3,7} , Paradicsom, Tea virágmézzel, Kukoricás kenyér ^{1,7} E: 273kcal Zsír: 5g Tel.zsír.: 1g Feh.: 7g CH: 28g Cuk.: 2g Só: 0,7g Ca: 38mg	Német zsemle ¹ , Petrezselymes liga margarin, Tej ⁷ , Lilahagyma E: 249kcal Zsír: 9g Tel.zsír.: 4g Feh.: 10g CH: 31g Cuk.: 11g Só: 1,0g Ca: 212mg
Tízórai	Narancs-citrom turmix E: 47kcal Zsír: 0g Tel.zsír.: g Feh.: 0g CH: 11g Cuk.: 11g Só: 0,0g Ca: 6mg	limonádé citromból E: 34kcal Zsír: 0g Tel.zsír.: g Feh.: 0g CH: 7g Cuk.: 7g Só: 0,0g Ca: 3mg	Tea friss citrommal és virágmézzel E: 18kcal Zsír: 0g Tel.zsír.: g Feh.: 0g CH: 4g Cuk.: 0g Só: 0,0g Ca: 1mg	limonádé E: 22kcal Zsír: 0g Tel.zsír.: g Feh.: 0g CH: 5g Cuk.: 5g Só: g Ca: 0mg	Tea E: 21kcal Zsír: 0g Tel.zsír.: g Feh.: 0g CH: 5g Cuk.: 5g Só: g Ca: 0mg
Ebéd	Alma, Majorannás burgonyafőzelék ^{1,7} , Sertéspörkölt E: 330kcal Zsír: 15g Tel.zsír.: 2g Feh.: 12g CH: 35g Cuk.: 8g Só: 0,1g Ca: 54mg	Körte fél adag, Csőben sült sárgarépa csirke ^{1,3,7,8} E: 337kcal Zsír: 15g Tel.zsír.: 5g Feh.: 17g CH: 28g Cuk.: 19g Só: 0,8g Ca: 250mg	Banán, Zöldbabfőzelék ^{1,7} , Vagdalt sertésből almával ^{1,3,8} E: 356kcal Zsír: 13g Tel.zsír.: 1g Feh.: 13g CH: 45g Cuk.: 24g Só: 0,3g Ca: 180mg	Alma, Rakott káposzta ⁷ E: 327kcal Zsír: 13g Tel.zsír.: 1g Feh.: 11g CH: 42g Cuk.: 10g Só: 1,0g Ca: 87mg	Kassai burgonyaleves csirke ^{1,6,7,10} , Almás pite ^{1,3,7,8} E: 435kcal Zsír: 21g Tel.zsír.: 6g Feh.: 10g CH: 50g Cuk.: 19g Só: 0,3g Ca: 68mg
Uzsonna	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Magyaros vajkrém(Tolle) ³ , Kaliforniai paprika, Tej ⁷ E: 240kcal Zsír: 10g Tel.zsír.: 3g Feh.: 10g CH: 30g Cuk.: 10g Só: 0,9g Ca: 205mg	Tea, Tökmagos pogácsa házi ^{1,3,7} E: 385kcal Zsír: 20g Tel.zsír.: 5g Feh.: 12g CH: 37g Cuk.: 6g Só: 0,3g Ca: 118mg	Pék kifli ^{1,7} , Meggyes túrókrém(Lotti) ⁷ , Tea friss citrommal és cukorral E: 211kcal Zsír: 3g Tel.zsír.: 1g Feh.: 9g CH: 36g Cuk.: 7g Só: 0,6g Ca: 31mg	Erdélyi burgonyás kenyér ^{1,12} , Sonkakerém ⁷ , Tej ⁷ , Jégcsapretek E: 245kcal Zsír: 10g Tel.zsír.: 4g Feh.: 11g CH: 29g Cuk.: 10g Só: 1,2g Ca: 214mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Tömlős sajtkrém ⁷ , TV paprika, Tej fél adag ⁷ E: 225kcal Zsír: 8g Tel.zsír.: 4g Feh.: 10g CH: 27g Cuk.: 6g Só: 0,7g Ca: 122mg

Allergének:
1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

A változtatás jogát fenntartjuk!

Élelmezésvezető