

Bölcsődei étlap

Étlap

2025. március 10 - 2025. március 14

Étkezés	2025.03.10 Hétfő	2025.03.11 Kedd	2025.03.12 Szerda	2025.03.13 Csütörtök	2025.03.14 Péntek
Reggeli	Briós ^{1,3,7} , Vaniliás tej ⁷ E: 171kcal Tel.zsír.: 3g CH: 21g Só: 0,3g Zsír: 6g Feh.: 7g Cuk.: 13g Ca: 208mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Natúr vajkrém (Tolle) ⁷ , Kaliforniai paprika, Tea E: 171kcal Tel.zsír.: 0g CH: 26g Só: 0,6g Zsír: 5g Feh.: 4g Cuk.: 6g Ca: 3mg	Barna zsemle ^{1,7,12} , Zöldfűszeres túrókrém (Lotti) ⁷ , TV paprika, Tej fél adag ⁷ E: 237kcal Tel.zsír.: 2g CH: 35g Só: 0,8g Zsír: 5g Feh.: 12g Cuk.: 6g Ca: 202mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Sárgarépas tojáskrém ^{3,7,10} , Kígyóuborka, Tej fél adag ⁷ E: 268kcal Tel.zsír.: 3g CH: 26g Só: 0,8g Zsír: 9g Feh.: 9g Cuk.: 7g Ca: 139mg	Francia bagett ^{1,7} , Hame tonhalkrém, Kápia paprika, Tea E: 237kcal Tel.zsír.: 1g CH: 38g Só: 1,2g Zsír: 6g Feh.: 7g Cuk.: 7g Ca: 0mg
Tízórai	limonádé citromból E: 34kcal Tel.zsír.: g CH: 7g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 7g Ca: 3mg	Banánturmix ⁷ E: 139kcal Tel.zsír.: 2g CH: 19g Só: 0,2g Zsír: 4g Feh.: 6g Cuk.: 19g Ca: 219mg	Tea friss citrommal és virágmézzel E: 18kcal Tel.zsír.: g CH: 4g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 0g Ca: 1mg	Tea E: 21kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 0mg	Tea friss citrommal és cukorral E: 23kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 1mg
Ebéd	Alma, Pulykarizottó reszelt sajttal ^{7,9} , Csemege uborka E: 302kcal Tel.zsír.: 2g CH: 43g Só: 1,5g Zsír: 5g Feh.: 20g Cuk.: 7g Ca: 117mg	Körte, Zöldborsó főzelék ^{1,7} , Főtt tojás feltétként ³ E: 344kcal Tel.zsír.: 1g CH: 50g Só: 0,1g Zsír: 3g Feh.: 15g Cuk.: 19g Ca: 132mg	Főtt hús csirkéből, Gyümölcsmártás ^{1,7} , Pirított dara ¹ E: 324kcal Tel.zsír.: 1g CH: 53g Só: 1,1g Zsír: 5g Feh.: 15g Cuk.: 13g Ca: 49mg	Banán, Lencsefőzelék ^{1,7,10} , Sült virslifeltét ⁶ E: 403kcal Tel.zsír.: 5g CH: 50g Só: 0,9g Zsír: 14g Feh.: 18g Cuk.: 23g Ca: 154mg	Álföldi gulyásleves sertés, Alma, Grízes tészta sárgabarack lekvárral ^{1,3} E: 515kcal Tel.zsír.: 1g CH: 74g Só: 0,2g Zsír: 17g Feh.: 16g Cuk.: 15g Ca: 74mg
Uzsonna	Korpás kifli ^{1,3,7} , Újhagyma, Teavaj (Lotti) ⁷ , Tej fél adag ⁷ E: 325kcal Tel.zsír.: 6g CH: 47g Só: 0,6g Zsír: 12g Feh.: 13g Cuk.: 6g Ca: 417mg	Vezér rozsos kenyér 0,75 kg ^{1,12} , Zala felvágott hentes ⁶ , Liga margarin, Paradicsom, Tej ⁷ E: 285kcal Tel.zsír.: 5g CH: 29g Só: 1,5g Zsír: 13g Feh.: 12g Cuk.: 10g Ca: 212mg	Zöldség felfújt ^{1,3,7} , Tej ⁷ , Paradicsom E: 274kcal Tel.zsír.: 5g CH: 25g Só: 0,4g Zsír: 12g Feh.: 11g Cuk.: 13g Ca: 274mg	Félbarna kenyér ^{1,6} , Almás sajtkrém ⁷ , Tea virágmézzel E: 228kcal Tel.zsír.: 5g CH: 26g Só: 1,3g Zsír: 10g Feh.: 10g Cuk.: 2g Ca: 170mg	Korpás kifli ^{1,3,7} , Natúr joghurt 150 g/db, Tea E: 173kcal Tel.zsír.: 0g CH: 23g Só: 0,5g Zsír: 5g Feh.: 8g Cuk.: 6g Ca: 187mg

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. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt
A változtatás jogát fenntartjuk!
Élelmezésvezető