

Bölcsődei étlap

Étlap

2025. április 21 - 2025. április 25

Étkezés	2025.04.21 Hétfő	2025.04.22 Kedd	2025.04.23 Szerda	2025.04.24 Csütörtök	2025.04.25 Péntek
Reggeli	Vágott zsemle ¹ , Tavaszi felvágott krém ^{6,7} , TV paprika, Tea E: 159kcal Tel.zsír.: 2g CH: 23g Só: 0,7g Zsír: 5g Feh.: 5g Cuk.: 6g Ca: 13mg	Erdélyi burgonyás kenyér ^{1,12} , Uborkás tömlős krém [#] ⁷ , Kaliforniai paprika, Tej ⁷ E: 247kcal Tel.zsír.: 4g CH: 30g Só: 1,0g Zsír: 8g Feh.: 11g Cuk.: 10g Ca: 207mg	Félbarna kenyér ^{1,6} , Tökmagos sajtkrém (Ammerlander) ^{7,8} , Paradicsom, Tea E: 296kcal Tel.zsír.: 5g CH: 28g Só: 1,3g Zsír: 15g Feh.: 13g Cuk.: 6g Ca: 178mg	Reszelt sárgarépa, Teavaj (Lotti) ⁷ , Tej ⁷ , Kukoricás kenyér ^{1,7} E: 296kcal Tel.zsír.: 6g CH: 33g Só: 1,0g Zsír: 13g Feh.: 10g Cuk.: 11g Ca: 216mg	Félbarna kenyér ^{1,6} , Párizsi(Familia) ⁶ , Kápia paprika, Flora Gold margarin, Tea E: 207kcal Tel.zsír.: 3g CH: 28g Só: 1,2g Zsír: 8g Feh.: 6g Cuk.: 6g Ca: 12mg
Tízórai	Tea friss citrommal és virágmézzel E: 18kcal Tel.zsír.: g CH: 4g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 0g Ca: 1mg	limonádé E: 22kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 0mg	Almalé 100 % E: 92kcal Tel.zsír.: g CH: 23g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: g Cuk.: g Ca: mg	Narancs-citrom turmix E: 47kcal Tel.zsír.: g CH: 11g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 11g Ca: 6mg	Tea friss citrommal és cukorral E: 23kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 1mg
Ebéd	Kiwi, Csirke apró ¹ , Sütőtőkfőzelék ^{1,7} E: 320kcal Tel.zsír.: 2g CH: 47g Só: 0,1g Zsír: 7g Feh.: 15g Cuk.: 12g Ca: 121mg	Narancs, Párolt pulykamell ¹ , Lencsefőzelék ^{1,7,10} E: 325kcal Tel.zsír.: 1g CH: 41g Só: 0,2g Zsír: 6g Feh.: 28g Cuk.: 9g Ca: 96mg	Narancs, Zöldfűszeres halfilé ^{1,4} , Burgonyapüré ⁷ E: 274kcal Tel.zsír.: 2g CH: 35g Só: 0,2g Zsír: 8g Feh.: 15g Cuk.: 10g Ca: 116mg	Banán, Hawaii csirkemell ^{1,3,7,9} , Főtt bulgur ¹ E: 388kcal Tel.zsír.: 1g CH: 65g Só: 0,1g Zsír: 6g Feh.: 19g Cuk.: 26g Ca: 120mg	Alma, Karalábéfőzelék ^{1,7} , Csirkepörkölt E: 255kcal Tel.zsír.: 2g CH: 26g Só: 0,3g Zsír: 9g Feh.: 16g Cuk.: 10g Ca: 147mg
Uzsonna	Kemencés kenyér ¹ , Tej ⁷ , Sörretek, Házi húskrém ⁷ E: 299kcal Tel.zsír.: 4g CH: 30g Só: 1,0g Zsír: 14g Feh.: 13g Cuk.: 10g Ca: 208mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Kápia paprika, Flora Gold margarin, Tej ⁷ E: 246kcal Tel.zsír.: 4g CH: 29g Só: 0,8g Zsír: 9g Feh.: 10g Cuk.: 10g Ca: 204mg	Korpás kifli ^{1,3,7} , Tojáskrém ^{3,7,10} , Kígyóborka, Tej ⁷ E: 257kcal Tel.zsír.: 4g CH: 22g Só: 0,5g Zsír: 9g Feh.: 10g Cuk.: 11g Ca: 225mg	Vezér rozsos kenyér 0,75 kg ^{1,12} , Céklás túrókrém (Lotti) ⁷ , TV paprika, Tej fél adag ⁷ E: 199kcal Tel.zsír.: 2g CH: 27g Só: 0,9g Zsír: 5g Feh.: 11g Cuk.: 6g Ca: 145mg	Tej fél adag ⁷ , Darafelfűjt sárgabarack lekvárral ^{1,3,7} E: 428kcal Tel.zsír.: 6g CH: 54g Só: 0,3g Zsír: 15g Feh.: 12g Cuk.: 27g Ca: 294mg

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