

Bölcsődei étlap

Étlap

2025. május 5 - 2025. május 9

Étkezés	2025.05.05 Hétfő	2025.05.06 Kedd	2025.05.07 Szerda	2025.05.08 Csütörtök	2025.05.09 Péntek
Reggeli	Pék kifli^{1,7}, Natúr vajkrém (Tolle)⁷, Kígyóuborka, Tea E: 178kcal Tel.zsír.: 0g CH: 29g Só: 0,6g Zsír: 5g Feh.: 5g Cuk.: 7g Ca: 4mg	Félbarna kenyér^{1,6}, Zala felvágott hentes⁶, Kápia paprika, Flora Gold margarin, Tej⁷ E: 286kcal Tel.zsír.: 5g CH: 31g Só: 1,4g Zsír: 12g Feh.: 13g Cuk.: 10g Ca: 216mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér^{1,7}, Házi vaniliás túrókrém⁷, Tea friss citrommal és cukorral E: 186kcal Tel.zsír.: 1g CH: 31g Só: 0,6g Zsír: 3g Feh.: 7g Cuk.: 6g Ca: 22mg	Tojásrántotta hagymával, paprikával³, Tea, Kukoricás kenyér^{1,7} E: 295kcal Tel.zsír.: 1g CH: 28g Só: 0,7g Zsír: 5g Feh.: 7g Cuk.: 6g Ca: 23mg	Kemencés kenyér¹, Sajtkrém házi (Ammerlander)^{7,8}, Kígyóuborka, Tea friss citrommal és cukorral E: 234kcal Tel.zsír.: 5g CH: 26g Só: 1,3g Zsír: 10g Feh.: 10g Cuk.: 6g Ca: 164mg
Tízórai	limonádé citromból E: 34kcal Tel.zsír.: g CH: 7g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 7g Ca: 3mg	Tea friss citrommal és virágmézzel E: 18kcal Tel.zsír.: g CH: 4g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 0g Ca: 1mg	Narancs-citrom turmix E: 47kcal Tel.zsír.: g CH: 11g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 11g Ca: 6mg	Tea E: 21kcal 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
Ebéd	Almamártás^{#1,7}, Pirított dara¹, Főtt hús, sertéscomb E: 404kcal Tel.zsír.: 1g CH: 51g Só: 1,1g Zsír: 16g Feh.: 13g Cuk.: 15g Ca: 41mg	Banán, Paradicsomos káposztafőzelék¹, Sült csirke felsőcomb E: 354kcal Tel.zsír.: 0g CH: 54g Só: 0,3g Zsír: 13g Feh.: 14g Cuk.: 41g Ca: 138mg	Tejfölös csirkeragu^{1,7}, Kuskusz¹, Uborkasaláta E: 305kcal Tel.zsír.: 2g CH: 42g Só: 0,1g Zsír: 7g Feh.: 17g Cuk.: 7g Ca: 63mg	Alma, Zöldborsó főzelék^{1,7}, Sertés apró E: 396kcal Tel.zsír.: 1g CH: 47g Só: 0,2g Zsír: 14g Feh.: 21g Cuk.: 16g Ca: 126mg	Narancs, Lencsefőzelék^{1,7,10}, Főtt tojás feltétként³ E: 314kcal Tel.zsír.: 1g CH: 41g Só: 0,1g Zsír: 4g Feh.: 15g Cuk.: 9g Ca: 101mg
Uzsonna	Teljes kiőrlésű búza kenyér^{1,7}, Tej⁷, Hónapos retek, Párizsi krém^{6,7} E: 325kcal Tel.zsír.: 5g CH: 37g Só: 1,6g Zsír: 12g Feh.: 16g Cuk.: 18g Ca: 395mg	Tej⁷, Almás kevert házi^{1,3,7} E: 271kcal Tel.zsír.: 4g CH: 36g Só: 0,3g Zsír: 9g Feh.: 9g Cuk.: 22g Ca: 238mg	Tej fél adag⁷, Tökmagos pogácsa házi^{1,3,7} E: 424kcal Tel.zsír.: 7g CH: 37g Só: 0,4g Zsír: 23g Feh.: 16g Cuk.: 6g Ca: 238mg	Erdélyi burgonyás kenyér^{1,12}, Házi csirkemájkrém^{7,10}, Paradicsom, Tej fél adag⁷ E: 231kcal Tel.zsír.: 3g CH: 26g Só: 0,9g Zsír: 8g Feh.: 13g Cuk.: 6g Ca: 132mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér^{1,7}, Hame tonhalkrém, TV paprika, Tej fél adag⁷ E: 219kcal Tel.zsír.: 2g CH: 25g Só: 0,9g Zsír: 9g Feh.: 8g Cuk.: 6g 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. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

A változtatás jogát fenntartjuk!

Élelmezésvezető