

Bölcsődei étlap

Étlap

2025. május 19 - 2025. május 23

Étkezés	2025.05.19 Hétfő	2025.05.20 Kedd	2025.05.21 Szerda	2025.05.22 Csütörtök	2025.05.23 Péntek
Reggeli	Tej ₇ , Vajas-lekváros kenyér _{1,6,7} E: 229kcal Tel.zsír.: 3g CH: 36g Só: 1,0g Zsír: 5g Feh.: 10g Cuk.: 15g Ca: 214mg	Vezér rozsos kenyér 0,75 kg _{1,12} , Paradicsom, Tej fél adag ₇ , Hentes sertésmájás E: 201kcal Tel.zsír.: 3g CH: 26g Só: 1,2g Zsír: 6g Feh.: 9g Cuk.: 6g Ca: 123mg	Német zsemle ₁ , Körözött ₇ , Tea friss citrommal és virágmézzel, Lilahagyma E: 168kcal Tel.zsír.: 1g CH: 27g Só: 0,7g Zsír: 3g Feh.: 7g Cuk.: 3g Ca: 34mg	Félbarna kenyér _{1,6} , Zala felvágott hentes ₆ , Kígyóuborka, Liga margarin E: 187kcal Tel.zsír.: 3g CH: 21g Só: 1,3g Zsír: 8g Feh.: 7g Cuk.: 1g Ca: 15mg	Erdélyi burgonyás kenyér _{1,12} , Natúr vajkrém (Tolle) ₇ , Jégسالáta, Tej fél adag ₇ E: 194kcal Tel.zsír.: 2g CH: 24g Só: 0,9g Zsír: 7g Feh.: 7g Cuk.: 6g Ca: 121mg
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 cukorral E: 23kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 1mg	Narancs-citrom turmix E: 47kcal Tel.zsír.: g CH: 11g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 11g Ca: 6mg	limonádé E: 22kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 0mg	limonádé citromból E: 34kcal Tel.zsír.: g CH: 7g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 7g Ca: 3mg
Ebéd	Szőlő, Bolognai makaróni _{1,3,7} E: 431kcal Tel.zsír.: 4g CH: 56g Só: 0,8g Zsír: 14g Feh.: 19g Cuk.: 16g Ca: 208mg	Alma, Lencsefőzelék _{1,7,10} , Stefánia - vagdalt _{1,3} E: 421kcal Tel.zsír.: 1g CH: 43g Só: 0,3g Zsír: 14g Feh.: 20g Cuk.: 8g Ca: 75mg	Banán fél adag, Paradicsomos halragu _{1,3,4,7} , Főtt bulgur ₁ E: 346kcal Tel.zsír.: 2g CH: 47g Só: 0,5g Zsír: 11g Feh.: 17g Cuk.: 13g Ca: 128mg	Alma, Rántott csirke szelet tepsiben _{1,3} , Burgonyapüré ₇ E: 497kcal Tel.zsír.: 3g CH: 60g Só: 0,5g Zsír: 17g Feh.: 19g Cuk.: 8g Ca: 87mg	Alföldi gulyásleves sertés, Mákos kevert _{1,3,7} E: 505kcal Tel.zsír.: 4g CH: 45g Só: 0,4g Zsír: 26g Feh.: 14g Cuk.: 21g Ca: 226mg
Uzsonna	Teljes kiőrlésű búza kenyér _{1,7} , Sárgarépás tojáskrém _{3,7,10} , TV paprika, Tea E: 231kcal Tel.zsír.: 1g CH: 26g Só: 0,7g Zsír: 6g Feh.: 5g Cuk.: 6g Ca: 18mg	Tej fél adag ₇ , Túrós batyu házi _{1,3,7} E: 279kcal Tel.zsír.: 3g CH: 37g Só: 0,2g Zsír: 9g Feh.: 12g Cuk.: 11g Ca: 171mg	Tea, Tökmagos pogácsa házi _{1,3,7} E: 385kcal Tel.zsír.: 5g CH: 37g Só: 0,3g Zsír: 20g Feh.: 12g Cuk.: 6g Ca: 118mg	Zöldfűszeres sajtkrém házi # # # _{7,8} , Kápia paprika, Tea, Kukoricás kenyér _{1,7} E: 253kcal Tel.zsír.: 4g CH: 35g Só: 1,1g Zsír: 8g Feh.: 10g Cuk.: 6g Ca: 178mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér _{1,7} , Házi csirkemájkrém _{7,10} , Paradicsom, Tej fél adag ₇ E: 242kcal Tel.zsír.: 3g CH: 27g Só: 0,8g Zsír: 9g Feh.: 13g Cuk.: 6g Ca: 132mg

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