

Bölcsődei étlap

Étlap

2025. június 2 - 2025. június 6

Étkezés	2025.06.02 Hétfő	2025.06.03 Kedd	2025.06.04 Szerda	2025.06.05 Csütörtök	2025.06.06 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	Félbarna kenyér ^{1,6} , Kígyóuborka, Teavaj (Lotti) ⁷ , Tej ⁷ E: 280kcal Tel.zsír.: 6g CH: 30g Só: 1,0g Zsír: 13g Feh.: 10g Cuk.: 10g Ca: 217mg	Nosztalgia kifli ^{1,3,7} , Zöldfűszeres sajtkrém házi # # # ^{7,8} , Tej ⁷ , Jégcsapretek E: 356kcal Tel.zsír.: 7g CH: 38g Só: 1,1g Zsír: 16g Feh.: 16g Cuk.: 11g Ca: 388mg	Korpás kenyér ^{1,3,7} , Flora Gold margarin, Kaliforniai paprika, Tej ⁷ , Sajtos baromfi párizsi E: 266kcal Tel.zsír.: 5g CH: 27g Só: 1,4g Zsír: 13g Feh.: 11g Cuk.: 10g Ca: 265mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Tonhalkrém tejfőllel ^{7,10} , Tej ⁷ , Lilahagyma E: 224kcal Tel.zsír.: 3g CH: 30g Só: 0,8g Zsír: 6g Feh.: 10g Cuk.: 11g Ca: 216mg
Tízórai	limonádé citromból E: 34kcal Tel.zsír.: g CH: 7g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 7g Ca: 3mg	Tea E: 21kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 0mg	Tea virágmézzel E: 16kcal Tel.zsír.: g CH: 4g Só: g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 0g Ca: 0mg	limonádé citromból E: 34kcal Tel.zsír.: g CH: 7g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 7g Ca: 3mg	Narancs-citrom turmix E: 47kcal Tel.zsír.: g CH: 11g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 11g Ca: 6mg
Ebéd	Banán, Almás tökfőzelék ^{1,7} , Pulyka ragu ¹ E: 323kcal Tel.zsír.: 2g CH: 45g Só: 0,3g Zsír: 8g Feh.: 18g Cuk.: 25g Ca: 162mg	Alma, Lencsefőzelék ^{1,7,10} , Sertéspörkölt E: 381kcal Tel.zsír.: 1g CH: 40g Só: 0,2g Zsír: 16g Feh.: 20g Cuk.: 8g Ca: 68mg	Körte, Csőben sült karfiol csirke ^{1,3,7,8} E: 345kcal Tel.zsír.: 6g CH: 27g Só: 0,5g Zsír: 15g Feh.: 18g Cuk.: 19g Ca: 236mg	Szőlő, Sárgarépa ^{1,7} , Zöldséges halfasirt ^{1,3,4,9} E: 291kcal Tel.zsír.: 1g CH: 44g Só: 0,8g Zsír: 4g Feh.: 14g Cuk.: 29g Ca: 144mg	Főtt rizs, Reszelt csirkemáj, Csemege uborka E: 310kcal Tel.zsír.: 1g CH: 43g Só: 1,3g Zsír: 9g Feh.: 15g Cuk.: 2g Ca: 32mg
Uzsonna	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Zala felvágott hentes ⁶ , Flora Gold margarin, Paradicsom, Tej ⁷ E: 287kcal Tel.zsír.: 5g CH: 29g Só: 1,2g Zsír: 13g Feh.: 12g Cuk.: 10g Ca: 211mg	Natúr joghurt 150 g/db, Reszelt sárgarépa, Tea virágmézzel, Kukoricás kenyér ^{1,7} E: 226kcal Tel.zsír.: 0g CH: 34g Só: 1,0g Zsír: 6g Feh.: 9g Cuk.: 2g Ca: 189mg	Húskrém pulykamellből ⁷ , Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Kígyóuborka, Tea friss citrommal és cukorral E: 187kcal Tel.zsír.: 1g CH: 25g Só: 0,6g Zsír: 5g Feh.: 9g Cuk.: 6g Ca: 7mg	Tea, Darafelfújt ^{1,3,7} E: 349kcal Tel.zsír.: 4g CH: 44g Só: 0,2g Zsír: 12g Feh.: 8g Cuk.: 17g Ca: 171mg	Erdélyi burgonyás kenyér ^{1,12} , Tökmagos túrókrém ^{#7} , Tea friss citrommal és cukorral, Hónapos retek E: 273kcal Tel.zsír.: 0g CH: 34g Só: 1,4g Zsír: 8g Feh.: 15g Cuk.: 15g Ca: 217mg

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