

Bölcsődei étlap

Étlap

2025. június 16 - 2025. június 20

Étkezés	2025.06.16 Hétfő	2025.06.17 Kedd	2025.06.18 Szerda	2025.06.19 Csütörtök	2025.06.20 Péntek
Reggeli	Vajas-mézes kenyér ^{1,6,7} , Flora Gold margarin, Tejeskávé pótkávéból ⁷ E: 293kcal Tel.zsír.: 4g CH: 44g Só: 1,0g Zsír: 9g Feh.: 10g Cuk.: 17g Ca: 214mg	Kukoricás kenyér ^{1,7} , Csirkemell szelet ⁶ , Flora Gold margarin, Tej ⁷ , Hónapos retek E: 322kcal Tel.zsír.: 4g CH: 41g Só: 2,0g Zsír: 10g Feh.: 17g Cuk.: 19g Ca: 396mg	Vezér rozsos kenyér 0,75 kg ^{1,12} , Zöldfűszeres túrókrém(Lotti) ⁷ , TV paprika, Tej ⁷ E: 264kcal Tel.zsír.: 3g CH: 36g Só: 1,0g Zsír: 7g Feh.: 14g Cuk.: 10g Ca: 286mg	Kemencés kenyér ¹ , Főtt virsl ⁶ , Ketchup, Tea friss citrommal és virágmézzel E: 297kcal Tel.zsír.: 5g CH: 32g Só: 2,4g Zsír: 14g Feh.: 12g Cuk.: 6g Ca: 19mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Natúr vajkrém (Tolle) ⁷ , Tej ⁷ , Lilahagyma E: 254kcal Tel.zsír.: 3g CH: 30g Só: 0,8g Zsír: 10g Feh.: 10g Cuk.: 11g Ca: 211mg
Tízórai	Tea friss citrommal és cukorral E: 23kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 1mg	limonádé E: 22kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 0mg	Narancs-citrom turmix E: 47kcal Tel.zsír.: g CH: 11g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 11g Ca: 6mg	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
Ebéd	Alma, Paradicsomos káposztafőzelék ¹ , Natúr sertésszelet ¹ E: 282kcal Tel.zsír.: 0g CH: 30g Só: 0,3g Zsír: 13g Feh.: 11g Cuk.: 25g Ca: 50mg	Banán, Parajfőzelék ^{1,7} , Főtt burgonya mártáshoz, Főtt tojás feltétként ³ E: 342kcal Tel.zsír.: 1g CH: 51g Só: 0,2g Zsír: 5g Feh.: 9g Cuk.: 26g Ca: 289mg	Körte, Sertéspörkölt, Főtt bulgur ¹ E: 344kcal Tel.zsír.: 1g CH: 41g Só: 0,1g Zsír: 15g Feh.: 12g Cuk.: 11g Ca: 35mg	Alma, Rakott brokkoli csirke ^{3,7} E: 374kcal Tel.zsír.: 4g CH: 42g Só: 0,4g Zsír: 12g Feh.: 20g Cuk.: 7g Ca: 284mg	Lencsegyulyás sertés ^{1,7,10} , Alma, Piskótatorta csokis ^{1,3,6,7} E: 338kcal Tel.zsír.: 2g CH: 35g Só: 0,3g Zsír: 16g Feh.: 12g Cuk.: 18g Ca: 107mg
Uzsonna	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Sonkakrém pulykamell sonkából ⁷ , Kígyóuborka, Tej ⁷ E: 259kcal Tel.zsír.: 4g CH: 29g Só: 0,8g Zsír: 10g Feh.: 12g Cuk.: 10g Ca: 209mg	Túrós pogácsa ^{1,3,7} , Tej ⁷ E: 279kcal Tel.zsír.: 5g CH: 26g Só: 0,2g Zsír: 15g Feh.: 12g Cuk.: 10g Ca: 237mg	Barna zsemle ^{1,7,12} , Sajtkrém házi (Ammerlander) ^{7,8} , Tea virágmézzel, Paradicsom E: 237kcal Tel.zsír.: 5g CH: 28g Só: 1,1g Zsír: 10g Feh.: 10g Cuk.: 1g Ca: 164mg	Gyümölcsjoghurt házi meggy-szilva ⁷ , Kukoricás kenyér ^{1,7} , Tea E: 248kcal Tel.zsír.: 2g CH: 43g Só: 1,0g Zsír: 4g Feh.: 8g Cuk.: 18g Ca: 132mg	Pék kifli ^{1,7} , Tojáskrém ^{3,7,10} , Kápia paprika, Tea E: 234kcal Tel.zsír.: 1g CH: 30g Só: 0,6g Zsír: 5g Feh.: 6g Cuk.: 7g Ca: 12mg

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