

Bölcsődei étlap

Étlap

2025. június 30 - 2025. július 4

Étkezés	2025.06.30 Hétfő	2025.07.01 Kedd	2025.07.02 Szerda	2025.07.03 Csütörtök	2025.07.04 Péntek
Reggeli	Kalács ^{1,3,7} , Kakaó neskakaóból ⁷ E: 243kcal Tel.zsír.: 3g CH: 31g Só: 0,2g Zsír: 8g Feh.: 11g Cuk.: 9g Ca: 215mg	Félbarna kenyér ^{1,6} , Teavaj (Lotti) ⁷ , Paradicsom, Tej ⁷ E: 283kcal Tel.zsír.: 6g CH: 31g Só: 1,0g Zsír: 13g Feh.: 10g Cuk.: 10g Ca: 217mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Tej ⁷ , Lilahagyma, Hentes sertésmájás E: 257kcal Tel.zsír.: 4g CH: 30g Só: 1,1g Zsír: 9g Feh.: 12g Cuk.: 11g Ca: 210mg	Erdélyi burgonyás kenyér ^{1,12} , Tökmagos sajtkrém (Ammerlander) ^{7,8} , Tea, Jégcsapretek E: 286kcal Tel.zsír.: 5g CH: 25g Só: 1,3g Zsír: 15g Feh.: 13g Cuk.: 6g Ca: 173mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Paradicsom, Tej ⁷ , Kockasajt(Medve) ⁷ E: 273kcal Tel.zsír.: 7g CH: 29g Só: 1,4g Zsír: 11g Feh.: 13g Cuk.: 11g Ca: 307mg
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	limonádé E: 22kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 0mg	Tea friss citrommal és cukorral E: 23kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 1mg
Ebéd	Banán, Kelkáposzta főzelék ¹ , Sertéspörkölt E: 324kcal Tel.zsír.: 0g CH: 38g Só: 0,2g Zsír: 13g Feh.: 13g Cuk.: 26g Ca: 157mg	Alma, Rakott brokkoli csirke ^{3,7} E: 374kcal Tel.zsír.: 4g CH: 42g Só: 0,4g Zsír: 12g Feh.: 20g Cuk.: 7g Ca: 284mg	Őszibarack, Sertésbrassói, Petrezselymes burgonya E: 432kcal Tel.zsír.: 1g CH: 52g Só: 0,1g Zsír: 18g Feh.: 13g Cuk.: 9g Ca: 47mg	Körte, Finomfőzelék ^{1,7} , Stefánia - vagdalt ^{1,3} E: 350kcal Tel.zsír.: 1g CH: 36g Só: 0,4g Zsír: 12g Feh.: 14g Cuk.: 16g Ca: 123mg	Sárgaborsókrémleves ¹ , Túrógombóc tejföllel ^{1,3,7} E: 406kcal Tel.zsír.: 2g CH: 44g Só: 0,3g Zsír: 12g Feh.: 22g Cuk.: 2g Ca: 118mg
Uzsonna	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Tavaszi zöldséges szelet felvágott ⁶ , Liga margarin, TV paprika, Tej ⁷ E: 285kcal Tel.zsír.: 6g CH: 29g Só: 1,3g Zsír: 13g Feh.: 12g Cuk.: 10g Ca: 212mg	Gyümölcsjoghurt házi almás ⁷ , Kukoricás kenyér ^{1,7} , Tea virágmézzel E: 237kcal Tel.zsír.: 2g CH: 41g Só: 1,0g Zsír: 4g Feh.: 8g Cuk.: 15g Ca: 133mg	Barna zsemle ^{1,7,12} , Tömlős sajtkrém ⁷ , Kígyóborka, Tea E: 189kcal Tel.zsír.: 2g CH: 29g Só: 0,6g Zsír: 5g Feh.: 7g Cuk.: 6g Ca: 3mg	Vezér rozsos kenyér 0,75 kg ^{1,12} , Hame tonhalkrém, Kápia paprika, Tej ⁷ E: 253kcal Tel.zsír.: 3g CH: 30g Só: 1,2g Zsír: 10g Feh.: 10g Cuk.: 10g Ca: 204mg	Pék kifli ^{1,7} , Alma, Liga margarin, Tea E: 204kcal Tel.zsír.: 1g CH: 34g Só: 0,7g Zsír: 5g Feh.: 5g Cuk.: 12g Ca: 10mg

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