

Bölcsődei étlap

Étlap

2025. július 7 - 2025. július 11

Étkezés	2025.07.07 Hétfő	2025.07.08 Kedd	2025.07.09 Szerda	2025.07.10 Csütörtök	2025.07.11 Péntek
Reggeli	Tej⁷, Fatörzs stangli E: 434kcal Tel.zsír.: 3g CH: 49g Só: 0,2g Zsír: 21g Feh.: 12g Cuk.: 9g Ca: 204mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér^{1,7}, Zala felvágott hentes⁶, Liga margarin, Paradicsom, Tej⁷ E: 294kcal Tel.zsír.: 5g CH: 29g Só: 1,3g Zsír: 14g Feh.: 12g Cuk.: 10g Ca: 212mg	Német zsemle¹, Tojáskrémpástétom^{1,3,7,10}, Tea friss citrommal és cukorral, Jégcsapretek E: 215kcal Tel.zsír.: 1g CH: 26g Só: 0,7g Zsír: 4g Feh.: 5g Cuk.: 6g Ca: 19mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér^{1,7}, Uborkás tömlős krém[#] ⁷, TV paprika, Tej⁷ E: 255kcal Tel.zsír.: 5g CH: 30g Só: 0,8g Zsír: 9g Feh.: 12g Cuk.: 10g Ca: 208mg	Nosztalgia buci^{1,3,7}, Fokhagymás petrezselymes vajkrém (Tolle), Kígyóuborka, Tej⁷ E: 284kcal Tel.zsír.: 3g CH: 35g Só: 0,8g Zsír: 10g Feh.: 12g Cuk.: 11g Ca: 206mg
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	limonádé E: 22kcal 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	Tea friss citrommal és cukorral E: 23kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 1mg
Ebéd	Alma, Lecsós csirkemell, Kuszkus¹ E: 301kcal Tel.zsír.: 1g CH: 44g Só: 0,1g Zsír: 6g Feh.: 17g Cuk.: 6g Ca: 52mg	Banán, Rántott halrudak^{1,4}, Zöldbabfőzelék^{1,7} E: 369kcal Tel.zsír.: 2g CH: 51g Só: 0,1g Zsír: 11g Feh.: 15g Cuk.: 23g Ca: 171mg	Őszibarack, Csőben sült tök sertés^{1,3,7,8} E: 399kcal Tel.zsír.: 5g CH: 28g Só: 0,5g Zsír: 22g Feh.: 15g Cuk.: 13g Ca: 223mg	Körte, Vagdalt pulykából almával^{1,3,8}, Paradicsomos káposztafőzelék¹ E: 233kcal Tel.zsír.: 0g CH: 36g Só: 0,4g Zsír: 3g Feh.: 14g Cuk.: 30g Ca: 56mg	Tavaszi zöldségleves sertés, Alma, Grízes tészta sárgabarack lekvárral^{1,3} E: 449kcal Tel.zsír.: 1g CH: 69g Só: 0,3g Zsír: 12g Feh.: 15g Cuk.: 13g Ca: 63mg
Uzsonna	Félbarna kenyér^{1,6}, Magyaros vajkrém(Tolle)³, Kígyóuborka, Tej fél adag⁷ E: 190kcal Tel.zsír.: 2g CH: 27g Só: 1,0g Zsír: 7g Feh.: 8g Cuk.: 6g Ca: 130mg	Tej fél adag⁷, Túrófelfújt^{1,3,7} E: 250kcal Tel.zsír.: 3g CH: 16g Só: 0,2g Zsír: 11g Feh.: 13g Cuk.: 9g Ca: 169mg	Vezér rozsos kenyér 0,75 kg^{1,12}, Párizsi(Família)⁶, Kaliforniai paprika, Liga margarin, Tej⁷ E: 289kcal Tel.zsír.: 5g CH: 30g Só: 1,4g Zsír: 13g Feh.: 12g Cuk.: 10g Ca: 210mg	Kukoricás kenyér^{1,7}, Sárgarépás sajtkrém házi[#]^{7,8}, Paradicsom, Tej⁷ E: 310kcal Tel.zsír.: 6g CH: 33g Só: 1,3g Zsír: 13g Feh.: 14g Cuk.: 11g Ca: 331mg	Erdélyi burgonyás kenyér^{1,12}, Túrókrém(Lotti)⁷, Tea, Jégsaláta E: 159kcal Tel.zsír.: 0g CH: 25g Só: 1,3g Zsír: 3g Feh.: 8g Cuk.: 6g Ca: 25mg

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