

Bölcsődei étlap

Étlap

2025. július 14 - 2025. július 18

Étkezés	2025.07.14 Hétfő	2025.07.15 Kedd	2025.07.16 Szerda	2025.07.17 Csütörtök	2025.07.18 Péntek
Reggeli	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Virágméz, Liga margarin, Tej ⁷ E: 262kcal Tel.zsír.: 4g CH: 32g Só: 0,9g Zsír: 10g Feh.: 10g Cuk.: 10g Ca: 205mg	Kukoricás kenyér ^{1,7} , Paradicsom, Tea, Kockasajt(Medve) ⁷ E: 199kcal Tel.zsír.: 4g CH: 29g Só: 1,3g Zsír: 6g Feh.: 8g Cuk.: 7g Ca: 103mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Körözött ⁷ , Kígyóborka, Tej fél adag ⁷ E: 211kcal Tel.zsír.: 2g CH: 26g Só: 0,7g Zsír: 6g Feh.: 11g Cuk.: 7g Ca: 149mg	Félbarna kenyér ^{1,6} , Tökmagos sajtkrém (Ammerlander) ^{7,8} , TV paprika, Tej fél adag ⁷ E: 334kcal Tel.zsír.: 6g CH: 28g Só: 1,4g Zsír: 18g Feh.: 17g Cuk.: 6g Ca: 298mg	Briós ^{1,3,7} , Teavaj (Lotti) ⁷ , Karamellás tej ⁷ E: 256kcal Tel.zsír.: 7g CH: 24g Só: 0,3g Zsír: 14g Feh.: 8g Cuk.: 16g Ca: 211mg
Tízórai	Narancs-citrom turmix E: 47kcal Tel.zsír.: g CH: 11g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 11g Ca: 6mg	Tea E: 21kcal 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	Tea virágmézzel E: 16kcal Tel.zsír.: g CH: 4g Só: g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 0g 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	Alma, Paprikás burgonya virslivel, Csemege uborka E: 341kcal Tel.zsír.: 6g CH: 35g Só: 2,4g Zsír: 17g Feh.: 11g Cuk.: 8g Ca: 54mg	Banán, Sárgaborsófőzelék ^{1,7,10} , Csirke apró ¹ E: 371kcal Tel.zsír.: 1g CH: 56g Só: 0,2g Zsír: 6g Feh.: 22g Cuk.: 25g Ca: 147mg	Gyümölcsmártás ^{1,7} , Pirított dara ¹ , Főtt hús, sertéscomb E: 420kcal Tel.zsír.: 1g CH: 53g Só: 1,1g Zsír: 16g Feh.: 14g Cuk.: 13g Ca: 53mg	Körte, Zöldborsó főzelék ^{1,7} , Főtt tojás feltétként ³ E: 344kcal Tel.zsír.: 1g CH: 50g Só: 0,1g Zsír: 3g Feh.: 15g Cuk.: 19g Ca: 132mg	Fahéjas almaleves ^{1,7} , Sült csirkemell ^{1,3,7,9} , Rizi-bizi E: 361kcal Tel.zsír.: 1g CH: 55g Só: 0,2g Zsír: 8g Feh.: 17g Cuk.: 15g Ca: 55mg
Uzsonna	Erdélyi burgonyás kenyér ^{1,12} , Tonhalkrém joghurttal ^{7,10} , Kígyóborka, Tej ⁷ E: 205kcal Tel.zsír.: 3g CH: 29g Só: 1,0g Zsír: 5g Feh.: 10g Cuk.: 10g Ca: 213mg	Tea friss citrommal és virágmézzel, Sajtelfűjt ^{1,3,7} E: 324kcal Tel.zsír.: 8g CH: 16g Só: 0,8g Zsír: 19g Feh.: 13g Cuk.: 4g Ca: 325mg	Korpás kifli ^{1,3,7} , Liga margarin, Paradicsom, Tej ⁷ , Sajtos baromfi párizsi E: 251kcal Tel.zsír.: 6g CH: 22g Só: 1,0g Zsír: 13g Feh.: 11g Cuk.: 10g Ca: 274mg	Vezér rozsos kenyér 0,75 kg ^{1,12} , Kápia paprika, Tea, Házi húskrém ⁷ E: 218kcal Tel.zsír.: 2g CH: 26g Só: 0,8g Zsír: 10g Feh.: 7g Cuk.: 6g Ca: 4mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Natúr vajkrém (Tolle) ⁷ , Tej ⁷ , Sörretek E: 247kcal Tel.zsír.: 3g CH: 28g Só: 0,8g Zsír: 10g Feh.: 10g Cuk.: 10g Ca: 205mg

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