

Bölcsődei étlap

Étlap

2025. július 21 - 2025. július 25

Étkezés	2025.07.21 Hétfő	2025.07.22 Kedd	2025.07.23 Szerda	2025.07.24 Csütörtök	2025.07.25 Péntek
Reggeli	Vajas-lekváros kenyér ^{1,6,7} , Liga margarin, Tej ⁷ E: 268kcal Tel.zsír.: 4g CH: 36g Só: 1,1g Zsír: 9g Feh.: 10g Cuk.: 15g Ca: 215mg	Kukoricás kenyér ^{1,7} , Tömlős sajtkrém ⁷ , Kaliforniai paprika, Tej ⁷ E: 276kcal Tel.zsír.: 5g CH: 34g Só: 0,9g Zsír: 10g Feh.: 13g Cuk.: 10g Ca: 205mg	Tojásrántotta hagymával, paprikával ^{3,7} , Félbarna kenyér ^{1,6} , Újhagyma, Tea friss citrommal és cukorral E: 426kcal Tel.zsír.: 1g CH: 57g Só: 1,0g Zsír: 6g Feh.: 15g Cuk.: 7g Ca: 339mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Magyaros vajkrém(Tolle) ³ , TV paprika, Tej ⁷ E: 237kcal Tel.zsír.: 3g CH: 29g Só: 0,9g Zsír: 10g Feh.: 10g Cuk.: 10g Ca: 206mg	Pék kifli ^{1,7} , Barackos túrókrém ⁷ , Tea virágmézzel E: 233kcal Tel.zsír.: 1g CH: 38g Só: 0,6g Zsír: 4g Feh.: 11g Cuk.: 5g Ca: 41mg
Tízórai	limonádé citromból E: 34kcal Tel.zsír.: g CH: 7g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 7g Ca: 3mg	Almalé 100 % E: 92kcal Tel.zsír.: g CH: 23g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: g Cuk.: g Ca: mg	Tea E: 21kcal 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	limonádé citromból E: 34kcal Tel.zsír.: g CH: 7g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 7g Ca: 3mg
Ebéd	Banán, Bolognai makaróni ^{1,3,7} E: 442kcal Tel.zsír.: 4g CH: 58g Só: 0,8g Zsír: 14g Feh.: 19g Cuk.: 22g Ca: 283mg	Nektarin, Karfiol főzelék ^{1,7} , Csirke apró ¹ E: 257kcal Tel.zsír.: 2g CH: 31g Só: 0,1g Zsír: 7g Feh.: 17g Cuk.: 19g Ca: 99mg	Görögdinnye, Rakott zöldbab sertés ⁷ E: 386kcal Tel.zsír.: 5g CH: 38g Só: 0,6g Zsír: 18g Feh.: 17g Cuk.: 7g Ca: 237mg	Alma, Majorannás burgonyafőzelék ^{1,7} , Natúr csirkemáj ¹ E: 268kcal Tel.zsír.: 2g CH: 37g Só: 0,1g Zsír: 7g Feh.: 13g Cuk.: 7g Ca: 53mg	Rántott csirke szelet tepsiben ^{1,3} , Kukoricás rizs, Paradicsom saláta E: 439kcal Tel.zsír.: 2g CH: 57g Só: 0,3g Zsír: 14g Feh.: 17g Cuk.: 4g Ca: 21mg
Uzsonna	Vágott zsemle ¹ , Zala felvágott hentes ⁶ , Paradicsom, Tej fél adag ⁷ E: 190kcal Tel.zsír.: 3g CH: 23g Só: 1,0g Zsír: 7g Feh.: 9g Cuk.: 6g Ca: 133mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Teavaj (Lotti) ⁷ , Kígyóuborka, Tej ⁷ E: 283kcal Tel.zsír.: 7g CH: 29g Só: 0,8g Zsír: 14g Feh.: 10g Cuk.: 10g Ca: 209mg	Tea virágmézzel, Tejszelet E: 52kcal Tel.zsír.: 1g CH: 7g Só: 0,1g Zsír: 2g Feh.: 1g Cuk.: 0g Ca: 0mg	Tej fél adag ⁷ , Meggyes piskóta kocka ^{1,3,7} E: 349kcal Tel.zsír.: 3g CH: 40g Só: 0,3g Zsír: 14g Feh.: 8g Cuk.: 16g Ca: 166mg	Vezér rozsos kenyér 0,75 kg ^{1,12} , Zala felvágott krém ^{6,7} , Paradicsom, Tej fél adag ⁷ E: 218kcal Tel.zsír.: 3g CH: 25g Só: 1,1g Zsír: 9g Feh.: 9g Cuk.: 6g Ca: 126mg

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