

Bölcsődei étlap

Étlap

2025. szeptember 1 - 2025. szeptember 5

Étkezés	2025.09.01 Hétfő	2025.09.02 Kedd	2025.09.03 Szerda	2025.09.04 Csütörtök	2025.09.05 Péntek
Reggeli	Kakaó neskakaóból ₇ , Fatörzs stangli E: 447kcal Tel.zsír.: 3g CH: 52g Só: 0,2g Zsír: 21g Feh.: 13g Cuk.: 9g Ca: 215mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér _{1,7} , Tökmagos sajtkrém (Ammerlander) _{7,8} , TV paprika, Tea E: 298kcal Tel.zsír.: 5g CH: 26g Só: 1,1g Zsír: 15g Feh.: 13g Cuk.: 6g Ca: 170mg	Kukoricás kenyér _{1,7} , Pick szögedi sonkás szelet, Liga margarin, póréhagyma, Tej ₇ E: 282kcal Tel.zsír.: 4g CH: 33g Só: 1,5g Zsír: 11g Feh.: 13g Cuk.: 10g Ca: 224mg	Félbarna kenyér _{1,6} , Almás sajtkrém ₇ , Tea friss citrommal és virágmézzel E: 230kcal Tel.zsír.: 5g CH: 26g Só: 1,3g Zsír: 10g Feh.: 10g Cuk.: 2g Ca: 171mg	Korpás kifli _{1,3,7} , Teavaj (Lotti) ₇ , Paradicsom, Tej ₇ E: 243kcal Tel.zsír.: 6g CH: 22g Só: 0,5g Zsír: 13g Feh.: 9g Cuk.: 10g Ca: 216mg
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 citromból E: 34kcal Tel.zsír.: g CH: 7g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 7g Ca: 3mg	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 E: 22kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 0mg
Ebéd	Alma, Zellerfőzelék _{1,7} , Pulykapörkölt ₁ E: 251kcal Tel.zsír.: 2g CH: 25g Só: 0,5g Zsír: 9g Feh.: 17g Cuk.: 7g Ca: 139mg	Nektarin, Csőben sült burgonya hallal _{1,3,4,7,8} E: 459kcal Tel.zsír.: 6g CH: 48g Só: 0,6g Zsír: 19g Feh.: 18g Cuk.: 16g Ca: 217mg	Sárgadinnye, Gyökérfőzelék _{1,7} , Főtt hús, sertéscomb E: 259kcal Tel.zsír.: 0g CH: 25g Só: 0,3g Zsír: 12g Feh.: 12g Cuk.: 19g Ca: 129mg	Körte, Majorannás sertéstokány _{1,7} , Főtt bulgur ₁ , Uborkasaláta E: 376kcal Tel.zsír.: 1g CH: 48g Só: 0,1g Zsír: 16g Feh.: 13g Cuk.: 15g Ca: 50mg	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
Uzsonna	Félbarna kenyér _{1,6} , Pulykamell sonka, Liga margarin, Tea, Paradicsom E: 185kcal Tel.zsír.: 1g CH: 28g Só: 0,9g Zsír: 5g Feh.: 7g Cuk.: 6g Ca: 12mg	Erdélyi burgonyás kenyér _{1,12} , Magyaros vajkrém(Tolle) ₃ , Kígyóuborka, Tea E: 143kcal Tel.zsír.: 0g CH: 25g Só: 0,9g Zsír: 4g Feh.: 4g Cuk.: 6g Ca: 3mg	Tej fél adag ₇ , Sajtos pogácsa házi _{1,3,7} E: 344kcal Tel.zsír.: 6g CH: 37g Só: 0,4g Zsír: 15g Feh.: 12g Cuk.: 6g Ca: 231mg	Kemencés kenyér ₁ , Házi csirkemájkrém _{7,10} , Tej ₇ , Lilahagyma E: 285kcal Tel.zsír.: 4g CH: 33g Só: 1,1g Zsír: 10g Feh.: 16g Cuk.: 12g Ca: 220mg	Erdélyi burgonyás kenyér _{1,12} , Zala felvágott krém _{6,7} , TV paprika, Tej fél adag ₇ E: 217kcal Tel.zsír.: 3g CH: 25g Só: 1,1g Zsír: 9g Feh.: 9g Cuk.: 6g Ca: 125mg

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