

Bölcsődei étlap

Étlap

2025. szeptember 22 - 2025. szeptember 26

Étkezés	2025.09.22 Hétfő	2025.09.23 Kedd	2025.09.24 Szerda	2025.09.25 Csütörtök	2025.09.26 Péntek
Reggeli	Kalács ^{1,3,7} , Liga margarin, Karamellás tej ⁷ E: 288kcal Tel.zsír.: 4g CH: 34g Só: 0,3g Zsír: 12g Feh.: 10g Cuk.: 14g Ca: 205mg	Erdélyi burgonyás kenyér ^{1,12} , Fokhagymás petrezselymes vajkrém (Tolle), Kápia paprika, Tej ⁷ E: 237kcal Tel.zsír.: 3g CH: 29g Só: 1,0g Zsír: 9g Feh.: 10g Cuk.: 9g Ca: 204mg	Tojásrántotta hagymával, paprikával ^{3,7} , Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , TV paprika, Tea friss citrommal és virágmézzel	Félbarna kenyér ^{1,6} , Túrókrém(Lotti) ⁷ , Kígyóuborka, Tejeskávé pótkávéból ⁷ E: 291kcal Tel.zsír.: 3g CH: 41g Só: 1,5g Zsír: 8g Feh.: 14g Cuk.: 17g Ca: 241mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Pick szögedi sonkás szelet, Liga margarin, Paradicsom, Tej fél adag ⁷ E: 231kcal Tel.zsír.: 3g CH: 26g Só: 1,3g Zsír: 9g Feh.: 10g Cuk.: 6g Ca: 129mg
Tízórai	Tea friss citrommal és cukorral E: 23kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g 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	limonádé citromból E: 34kcal Tel.zsír.: g CH: 7g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 7g Ca: 3mg	Tea E: 21kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 0mg
Ebéd	Alma, Paradicsomos húsgombóc ^{1,3,9} , Főtt burgonya mártáshoz E: 360kcal Tel.zsír.: 0g CH: 51g Só: 0,4g Zsír: 11g Feh.: 12g Cuk.: 14g Ca: 44mg	Banán, Brokkoli főzelék ^{1,7} , Sertéspörkölt E: 340kcal Tel.zsír.: 2g CH: 35g Só: 0,2g Zsír: 15g Feh.: 15g Cuk.: 24g Ca: 287mg	Alma, Cukkinis halas rakott tészta ^{1,3,4,7} E: 387kcal Tel.zsír.: 4g CH: 49g Só: 0,5g Zsír: 13g Feh.: 17g Cuk.: 7g Ca: 195mg	Narancs, Kelkáposzta főzelék ¹ , Vagdalt csirkéből ^{1,3} E: 214kcal Tel.zsír.: 0g CH: 28g Só: 0,2g Zsír: 3g Feh.: 14g Cuk.: 12g Ca: 97mg	Szőlő, Zöldséges pulyka tokány ^{1,7} , Kuskusz ¹ E: 336kcal Tel.zsír.: 1g CH: 52g Só: 0,2g Zsír: 5g Feh.: 19g Cuk.: 18g Ca: 57mg
Uzsonna	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Sárgarépas tojáskrém ^{3,7,10} , Paradicsom, Tej fél adag ⁷ E: 270kcal Tel.zsír.: 3g CH: 26g Só: 0,8g Zsír: 9g Feh.: 9g Cuk.: 7g Ca: 138mg	Korpás kenyér ^{1,3,7} , Alma, Teavaj (Lotti) ⁷ , Tej ⁷ E: 286kcal Tel.zsír.: 6g CH: 31g Só: 0,9g Zsír: 14g Feh.: 9g Cuk.: 15g Ca: 215mg	Pék kifli ^{1,7} , Jégsaláta, Tej fél adag ⁷ , Kockasajt (Medve) ⁷ E: 238kcal Tel.zsír.: 6g CH: 29g Só: 1,3g Zsír: 8g Feh.: 11g Cuk.: 8g Ca: 220mg	Mákos kevert ^{1,3,7} , Tej fél adag ⁷ E: 387kcal Tel.zsír.: 6g CH: 39g Só: 0,3g Zsír: 18g Feh.: 10g Cuk.: 21g Ca: 295mg	Francia bagett ^{1,7} , Sajtkrém házi (Ammerlander) ^{7,8} , Kaliforniai paprika, Tej fél adag ⁷ E: 333kcal Tel.zsír.: 6g CH: 39g Só: 1,6g Zsír: 13g Feh.: 15g Cuk.: 8g Ca: 282mg

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. Csillagfürt

A változtatás jogát fenntartjuk!

Élelmezésvezető