

Bölcsődei étlap

Étlap

2025. november 17 - 2025. november 21

Étkezés	2025.11.17 Hétfő	2025.11.18 Kedd	2025.11.19 Szerda	2025.11.20 Csütörtök	2025.11.21 Péntek
Reggeli	Tej fél adag ₇ , Fatörzs stangli E: 391kcal, Zsír: 19g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 10g, CH: 45g, Cuk.: 5g, Só: 0,1g, Ca: 120mg	Tojásrántotta hagymával, paprikával _{3,7} , Vezér rozsos kenyér 0,75 kg _{1,12} , Tej ₇ , Jégcsapretek E: 372kcal, Zsír: 10g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 13g, CH: 30g, Cuk.: 11g, Só: 1,0g, Ca: 251mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér _{1,7} , Párizsi(Familia) ₆ , TV paprika, Liga margarin, Tea E: 215kcal, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 6g, CH: 25g, Cuk.: 6g, Só: 1,1g, Ca: 8mg	Korpás kenyér _{1,3,7} , Sárgarépas sajtkrém házi _{7,8} , Kápia paprika, Tej ₇ E: 281kcal, Zsír: 13g, Tel.zsír.: 6g, Feh.: 14g, CH: 27g, Cuk.: 10g, Só: 1,3g, Ca: 328mg	Korpás kifli _{1,3,7} , Főtt virsli ₆ , Ketchup, Tea E: 260kcal, Zsír: 14g, Tel.zsír.: 5g, Feh.: 10g, CH: 24g, Cuk.: 11g, Só: 1,9g, Ca: 24mg
Tízórai	Tea friss citrommal és cukorral E: 23kcal, Zsír: 0g, Tel.zsír.: g, Feh.: 0g, CH: 3g, Cuk.: 5g, Só: 0,0g, Ca: 1mg	limonádé citromból E: 34kcal, Zsír: 0g, Tel.zsír.: g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk.: 7g, Só: 0,0g, Ca: 3mg	Almalé 100 % E: 92kcal, Zsír: 0g, Tel.zsír.: g, Feh.: g, CH: 23g, Cuk.: g, Só: 0,0g, Ca: mg	Narancs-citrom turmix E: 47kcal, Zsír: 0g, Tel.zsír.: g, Feh.: 0g, CH: 11g, Cuk.: 11g, Só: 0,0g, Ca: 6mg	Tea friss citrommal és virágmézzel E: 18kcal, Zsír: 0g, Tel.zsír.: g, Feh.: 0g, CH: 4g, Cuk.: 0g, Só: 0,0g, Ca: 1mg
Ebéd	Alma, Zöldbabfőzelék _{1,7} , Stefánia - vagdalt _{1,3} E: 334kcal, Zsír: 14g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 13g, CH: 28g, Cuk.: 8g, Só: 0,2g, Ca: 97mg	Banán, Céklás burgonyapüré ₇ , Sajtós halfilé _{1,4,7} E: 359kcal, Zsír: 12g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 18g, CH: 44g, Cuk.: 26g, Só: 0,5g, Ca: 267mg	Körte, Zöldborsó főzelék _{1,7} , Sertés apró E: 411kcal, Zsír: 14g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 21g, CH: 51g, Cuk.: 20g, Só: 0,1g, Ca: 130mg	Narancs, Vöröslencse főzelék _{1,7,10} , Vagdalt _{1,3} E: 399kcal, Zsír: 13g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 19g, CH: 47g, Cuk.: 10g, Só: 0,3g, Ca: 88mg	Húsleves csirke _{1,8} , Alma, Túrós derelye mirelit _{1,3,7} E: 434kcal, Zsír: 6g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 19g, CH: 75g, Cuk.: 9g, Só: 0,4g, Ca: 60mg
Uzsonna	Teljes kiőrlésű búza kenyér _{1,7} , Kígyóuborka, Házi csirkemájkrém _{7,10} , Tea E: 200kcal, Zsír: 6g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 10g, CH: 26g, Cuk.: 6g, Só: 0,7g, Ca: 12mg	Kukoricás kenyér _{1,7} , Körözött ₇ , Paradicsom, Tea E: 181kcal, Zsír: 3g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 8g, CH: 30g, Cuk.: 6g, Só: 0,7g, Ca: 30mg	Túrós pogácsa _{1,3,7} , Tej ₇ E: 223kcal, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 12g, CH: 26g, Cuk.: 10g, Só: 0,2g, Ca: 236mg	Erdélyi burgonyás kenyér _{1,12} , Tonhalkrém margarinnal _{4,7,10} , Jégsaláta, Tea E: 180kcal, Zsír: 6g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 7g, CH: 24g, Cuk.: 6g, Só: 0,8g, Ca: 2mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér _{1,7} , Fokhagymás petrezselymes vajkrém (Tolle), TV paprika, Tej fél adag ₇ E: 203kcal, Zsír: 7g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 8g, CH: 26g, Cuk.: 6g, Só: 0,7g, Ca: 122mg

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