

Bölcsődei étlap

Étlap

2025. november 24 - 2025. november 28

Étkezés	2025.11.24 Hétfő	2025.11.25 Kedd	2025.11.26 Szerda	2025.11.27 Csütörtök	2025.11.28 Péntek
Reggeli	Vajas-mézes kenyér ^{1,6,7} , Flora Gold margarin, Tej ⁷ E: 252kcal, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 10g, CH: 34g, Cuk.: 10g, Só: 1,0g, Ca: 212mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Teavaj (Lotti) ⁷ , Paradicsom, Tej fél adag ⁷ E: 244kcal, Zsír: 12g, Tel.zsír.: 6g, Feh.: 7g, CH: 25g, Cuk.: 6g, Só: 0,7g, Ca: 125mg	Pék kifli ^{1,7} , Tavaszi zöldséges szelet felvágott ⁶ , TV paprika, Flora Gold margarin, Tej ⁷ E: 289kcal, Zsír: 12g, Tel.zsír.: 5g, Feh.: 13g, CH: 33g, Cuk.: 11g, Só: 1,2g, Ca: 211mg	Vezér rozsos kenyér 0,75 kg ^{1,12} , Csirkemellsonka ⁶ , Flora Gold margarin, póréhagyma, Tej ⁷ E: 249kcal, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 11g, CH: 30g, Cuk.: 10g, Só: 1,3g, Ca: 221mg	Félbarna kenyér ^{1,6} , Natúr vajkrém(Tolle) ⁷ , Jégsaláta, Tea E: 162kcal, Zsír: 4g, Tel.zsír.: 0g, Feh.: 4g, CH: 26g, Cuk.: 6g, Só: 0,8g, Ca: 10mg
Tízórai	limonádé citromból E: 34kcal, Zsír: 0g, Tel.zsír.: g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk.: 7g, Só: 0,0g, Ca: 3mg	Tea friss citrommal és cukorral E: 23kcal, Zsír: 0g, Tel.zsír.: g, Feh.: 0g, CH: 5g, Cuk.: 5g, Só: 0,0g, Ca: 1mg	Almalé 100 % E: 92kcal, Zsír: 0g, Tel.zsír.: g, Feh.: g, CH: 23g, Cuk.: g, Só: 0,0g, Ca: mg	Tea E: 21kcal, Zsír: 0g, Tel.zsír.: g, Feh.: 0g, CH: 5g, Cuk.: 5g, Só: g, Ca: 0mg	limonádé E: 22kcal, Zsír: 0g, Tel.zsír.: g, Feh.: 0g, CH: 5g, Cuk.: 5g, Só: g, Ca: 0mg
Ebéd	Banán, Sertés apró, Kelkáposzta főzelék ¹ E: 301kcal, Zsír: 12g, Tel.zsír.: 0g, Feh.: 13g, CH: 35g, Cuk.: 26g, Só: 0,2g, Ca: 157mg	Narancs, Csirkemáj rizotto reszelt sajttal ^{7,9} E: 315kcal, Zsír: 7g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 18g, CH: 45g, Cuk.: 8g, Só: 0,3g, Ca: 127mg	Alma, Tökfőzelék ^{1,7} , Pulyka ragu ¹ E: 252kcal, Zsír: 8g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 16g, CH: 28g, Cuk.: 7g, Só: 0,2g, Ca: 68mg	Körte, Tejeles,karfiolos húsos rakott tészta ^{1,3,7} E: 431kcal, Zsír: 19g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 18g, CH: 44g, Cuk.: 15g, Só: 0,5g, Ca: 197mg	Zöldbableves magyaros sertés ^{1,7} , Mandarin, Kakaós kevert házi ^{1,3,7} E: 486kcal, Zsír: 24g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 21g, CH: 72g, Cuk.: 25g, Só: 0,4g, Ca: 108mg
Uzsonna	Kukoricás kenyér ^{1,7} , Almás sajtkrém ⁷ , Kápia paprika, Tea virágmézzel E: 244kcal, Zsír: 10g, Tel.zsír.: 5g, Feh.: 10g, CH: 29g, Cuk.: 2g, Só: 1,2g, Ca: 162mg	Mákos kevert ^{1,3,7} , Tea friss citrommal és cukorral E: 350kcal, Zsír: 15g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 7g, CH: 38g, Cuk.: 21g, Só: 0,2g, Ca: 177mg	Tea friss citrommal és virágmézzel, Túrófelfújt ^{1,3,7} E: 208kcal, Zsír: 8g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 10g, CH: 15g, Cuk.: 4g, Só: 0,1g, Ca: 50mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Hame tonhalkrém, Jégsaláta, Tej fél adag ⁷ E: 215kcal, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 8g, CH: 25g, Cuk.: 6g, Só: 0,9g, Ca: 120mg	Erdélyi burgonyás kenyér ^{1,12} , Sárgarépa tojáskrém ^{3,7,10} , Kígyóuborka, Tej ⁷ E: 299kcal, Zsír: 10g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 11g, CH: 29g, Cuk.: 11g, Só: 1,0g, Ca: 222mg

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