

Bölcsődei étlap

Étlap

2025. december 1 - 2025. december 5

Étkezés	2025.12.01 Hétfő	2025.12.02 Kedd	2025.12.03 Szerda	2025.12.04 Csütörtök	2025.12.05 Péntek
Reggeli	Vajas fekete áfonya lekváros kenyér ^{1,6} , Flora Gold margarin, Vaniliás tej ⁷ E: 245kcal, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 10g, CH: 32g, Cuk.: 12g, Só: 1,0g, Ca: 212mg	Erdélyi burgonyás kenyér ^{1,12} , Sajtkrém házi (Ammerlander) ^{7,8} , Paradicsom, Tea virágmézzel E: 221kcal, Zsír: 10g, Tel.zsír.: 5g, Feh.: 9g, CH: 24g, Cuk.: 1g, Só: 1,3g, Ca: 164mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Tonhalkrém tejfőllel ^{7,10} , Kaliforniai paprika, Tej fél adag ⁷ E: 181kcal, Zsír: 5g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 8g, CH: 26g, Cuk.: 6g, Só: 0,7g, Ca: 127mg	Tojásrántotta hagymával, paprikával ^{3,7} , Vezér rozsos kenyér 0,75 kg ^{1,12} , Paradicsom, Tea E: 292kcal, Zsír: 5g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 7g, CH: 27g, Cuk.: 7g, Só: 0,8g, Ca: 44mg	Német zsemle ¹ , Újhagymás túrókrém (Lotti) ⁷ , Tej fél adag ⁷ , Jégcsapretek E: 199kcal, Zsír: 5g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 11g, CH: 27g, Cuk.: 6g, Só: 0,9g, Ca: 149mg
Tízórai	Tea friss citrommal és virágmézzel E: 18kcal, Zsír: 0g, Tel.zsír.: g, Feh.: 0g, CH: 4g, Cuk.: 0g, Só: 0,0g, Ca: 1mg	Tea E: 21kcal, Zsír: 0g, Tel.zsír.: g, Feh.: 0g, CH: 5g, Cuk.: 5g, Só: g, Ca: 0mg	limonádé citromból E: 34kcal, Zsír: 0g, Tel.zsír.: g, Feh.: 0g, CH: 7g, Cuk.: 7g, Só: 0,0g, Ca: 3mg	Narancs-citrom turmix E: 47kcal, Zsír: 0g, Tel.zsír.: g, Feh.: 0g, CH: 11g, Cuk.: 11g, Só: 0,0g, Ca: 6mg	Almalé 100 % E: 92kcal, Zsír: 0g, Tel.zsír.: g, Feh.: g, CH: 23g, Cuk.: g, Só: 0,0g, Ca: mg
Ebéd	Mandarin, Francia rakott burgonya ^{1,3,7,8} E: 397kcal, Zsír: 16g, Tel.zsír.: 6g, Feh.: 12g, CH: 40g, Cuk.: 13g, Só: 0,5g, Ca: 244mg	Alma, Lencsefőzelék ^{1,7,10} , Sertéspörkölt E: 381kcal, Zsír: 15g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 20g, CH: 37g, Cuk.: 9g, Só: 0,2g, Ca: 70mg	Banán, Rakott sárgarépa ⁷ E: 448kcal, Zsír: 18g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 16g, CH: 55g, Cuk.: 35g, Só: 1,0g, Ca: 316mg	Körte, Gyökérfőzelék ^{1,7} , Pulyka ragu ¹ E: 250kcal, Zsír: 7g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 17g, CH: 31g, Cuk.: 20g, Só: 0,3g, Ca: 130mg	Narancs, Majorannás burgonyafőzelék ^{1,7} , Vagdalt ^{1,3} E: 344kcal, Zsír: 13g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 11g, CH: 41g, Cuk.: 9g, Só: 0,2g, Ca: 87mg
Uzsonna	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Zala felvágott hentes ⁶ , Kápia paprika, Flora Gold margarin, Tea E: 207kcal, Zsír: 8g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 7g, CH: 26g, Cuk.: 6g, Só: 1,1g, Ca: 4mg	Kukoricás kenyér ^{1,7} , Magyaros vajkrém(Tolle) ³ , Kígyóuborka, Tej ⁷ E: 242kcal, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 10g, CH: 32g, Cuk.: 10g, Só: 1,0g, Ca: 206mg	Pék kifli ^{1,7} , Tea friss citrommal és cukorral, Riska krémm joghurt 125 g ⁷ E: 241kcal, Zsír: 4g, Tel.zsír.: 0g, Feh.: 8g, CH: 42g, Cuk.: 20g, Só: 0,6g, Ca: 1mg	Fahéjas csiga házi ^{1,3,7} , Tej ⁷ E: 396kcal, Zsír: 15g, Tel.zsír.: 5g, Feh.: 12g, CH: 51g, Cuk.: 15g, Só: 0,2g, Ca: 250mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Paradicsom, Tej ⁷ , Hentes sertésmájás E: 253kcal, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 12g, CH: 29g, Cuk.: 10g, Só: 1,1g, Ca: 207mg

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!

Élrelmezésvezető