

Bölcsődei étlap

Étlap

2025. december 15 - 2025. december 19

Étkezés	2025.12.15 Hétfő	2025.12.16 Kedd	2025.12.17 Szerda	2025.12.18 Csütörtök	2025.12.19 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	Vezér rozsos kenyér 0,75 kg ^{1,12} , Főtt virsl ⁶ , Ketchup, Tej ⁷ E: 375kcal, Zsír: 18g, Tel.zsír.: 8g, Feh.: 17g, CH: 35g, Cuk.: 15g, Só: 2,5g, Ca: 222mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Pick szögedi sonkás szelet, Flora Gold margarin, póréhgyma, Tea E: 186kcal, Zsír: 6g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 7g, CH: 26g, Cuk.: 6g, Só: 1,1g, Ca: 20mg	Erdélyi burgonyás kenyér ^{1,12} , Körözött ⁷ , Kápia paprika, Tej ⁷ E: 246kcal, Zsír: 8g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 13g, CH: 30g, Cuk.: 10g, Só: 1,0g, Ca: 231mg	Korpás kenyér ^{1,3,7} , Natúr vajkrém(Tolle) ⁷ , Tej ⁷ , Lilahagyma E: 231kcal, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 10g, CH: 27g, Cuk.: 11g, Só: 0,9g, Ca: 211mg
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	Narancs-citrom turmix E: 47kcal, Zsír: 0g, Tel.zsír.: g, Feh.: 0g, CH: 11g, Cuk.: 11g, Só: 0,0g, Ca: 6mg	Tea E: 21kcal, Zsír: 0g, Tel.zsír.: g, Feh.: 0g, CH: 5g, Cuk.: 5g, Só: g, Ca: 0mg	Tea E: 21kcal, Zsír: 0g, Tel.zsír.: g, Feh.: 0g, CH: 5g, Cuk.: 5g, Só: g, Ca: 0mg
Ebéd	Alma, Rakott karfiol bulgurral sertés ^{1,3,7} E: 409kcal, Zsír: 19g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 18g, CH: 43g, Cuk.: 13g, Só: 0,4g, Ca: 170mg	Sárgaborsókrémleves ¹ , Alma, Túrós batyu házi ^{1,3,7} E: 325kcal, Zsír: 6g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 14g, CH: 51g, Cuk.: 13g, Só: 0,1g, Ca: 81mg	Banán, Almás tökfőzelék ^{1,7} , Csirkepörkölt E: 259kcal, Zsír: 6g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 14g, CH: 37g, Cuk.: 25g, Só: 0,2g, Ca: 160mg	Mandarin, Sóskamártás ^{1,7} , Főtt burgonya mártáshoz, Főtt tojás feltétként ³ E: 290kcal, Zsír: 3g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 7g, CH: 45g, Cuk.: 21g, Só: 0,1g, Ca: 135mg	Narancs, Vadas sertés tésztával ^{1,7,10} E: 450kcal, Zsír: 16g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 17g, CH: 58g, Cuk.: 20g, Só: 0,4g, Ca: 127mg
Uzsonna	Barna zsemle ^{1,7,12} , Sajtkrém házi (Ammerlander) ^{7,8} , TV paprika, Tea virágmézzel E: 237kcal, Zsír: 10g, Tel.zsír.: 5g, Feh.: 10g, CH: 28g, Cuk.: 1g, Só: 1,1g, Ca: 163mg	Korpás kenyér ^{1,3,7} , Uborkás tömlős krém [#] ⁷ , Kápia paprika, Tea E: 153kcal, Zsír: 4g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 6g, CH: 24g, Cuk.: 6g, Só: 0,7g, Ca: 2mg	Tej ⁷ , Shrek pogácsa házi ^{1,3,7} E: 390kcal, Zsír: 21g, Tel.zsír.: 8g, Feh.: 14g, CH: 34g, Cuk.: 11g, Só: 0,5g, Ca: 334mg	Kukoricás kenyér ^{1,7} , Tej ⁷ , Trappista sajt ebéd után (Ammerlander) ⁷ , Sörretek, Házi húskrém ⁷ E: 347kcal, Zsír: 17g, Tel.zsír.: 6g, Feh.: 15g, CH: 32g, Cuk.: 10g, Só: 1,2g, Ca: 288mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Tojáskrém ^{3,7,10} , Kaliforniai paprika, Tea friss citrommal és virágmézzel E: 220kcal, Zsír: 5g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 5g, CH: 25g, Cuk.: 1g, Só: 0,6g, Ca: 15mg

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