

Bölcsődei étlap

Étlap

2026. február 9 - 2026. február 13

Étkezés	2026.02.09 Hétfő	2026.02.10 Kedd	2026.02.11 Szerda	2026.02.12 Csütörtök	2026.02.13 Péntek
Reggeli	Brió ^{1,3,7} , Teavaj (Lotti) ⁷ , Kakaó neskakaóból ⁷ E: 249kcal, Zsír: 14g, Tel.zsír.: 7g, Feh.: 8g, CH: 22g, Cuk.: 11g, Só: 0,4g, Ca: 222mg	Félbarna kenyér ^{1,6} , Kígyóuborka, Körözött ⁷ , Tea virágmézzel E: 164kcal, Zsír: 3g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 8g, CH: 27g, Cuk.: 2g, Só: 0,8g, Ca: 38mg	Kukoricás kenyér ^{1,7} , Kígyóuborka, Flora Gold margarin, Tej ⁷ , Tavaszi zöldséges szelet felvágott E: 283kcal, Zsír: 11g, Tel.zsír.: 5g, Feh.: 12g, CH: 32g, Cuk.: 10g, Só: 1,3g, Ca: 211mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Uborkás tömlős krém# ⁷ , Kápia paprika, Tej ⁷ E: 257kcal, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 5g, Feh.: 12g, CH: 31g, Cuk.: 10g, Só: 0,8g, Ca: 206mg	Vezér rozsos kenyér 0,75 kg ^{1,12} , Tojáskrém ^{1,3,7,10} , Lilahagyma, Tea friss citrommal és virágmézzel E: 212kcal, Zsír: 4g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 5g, CH: 25g, Cuk.: 2g, Só: 0,8g, Ca: 20mg
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 friss citrommal és cukorral E: 23kcal, Zsír: 0g, Tel.zsír.: g, Feh.: 0g, CH: 5g, Cuk.: 5g, Só: 0,0g, Ca: 1mg	Alma E: 28kcal, Zsír: 0g, Tel.zsír.: g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk.: 6g, Só: 0,0g, Ca: 9mg
Ebéd	Banán, Tejfölös csirkemell csíkok ⁷ , Kuszkusz ¹ E: 336kcal, Zsír: 6g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 18g, CH: 51g, Cuk.: 23g, Só: 0,1g, Ca: 133mg	Húsleves ^{1,8} , Lekvár sárgabarack, Farsangi fánk# ^{1,3,7} E: 535kcal, Zsír: 34g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 12g, CH: 43g, Cuk.: 11g, Só: 0,2g, Ca: 66mg	Narancs, Cukkinis halas rakott tészta ^{1,3,4,7} E: 396kcal, Zsír: 13g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 17g, CH: 51g, Cuk.: 9g, Só: 0,5g, Ca: 225mg	Banán fél adag, Paradicsomos húsgombóc ^{1,3,9} , Főtt burgonya mártáshoz E: 372kcal, Zsír: 10g, Tel.zsír.: 0g, Feh.: 12g, CH: 54g, Cuk.: 19g, Só: 0,4g, Ca: 85mg	BrokkolikréMLEVES# ¹ , Mákos guba ^{1,3,7} E: 524kcal, Zsír: 16g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 17g, CH: 72g, Cuk.: 19g, Só: 1,1g, Ca: 328mg
Uzsonna	Barna zsemle ^{1,7,12} , Paradicsom, Flora Gold margarin, Tej fél adag ⁷ , Sajtos baromfi párizsi ⁷ E: 251kcal, Zsír: 11g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 10g, CH: 29g, Cuk.: 6g, Só: 1,2g, Ca: 183mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Alma, Flora Gold margarin, Tej ⁷ E: 268kcal, Zsír: 10g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 10g, CH: 34g, Cuk.: 15g, Só: 0,8g, Ca: 213mg	Tea virágmézzel, Túrófelfújt ^{1,3,7} E: 205kcal, Zsír: 8g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 10g, CH: 15g, Cuk.: 4g, Só: 0,1g, Ca: 49mg	Korpás kenyér ^{1,3,7} , Natúr vajkrém(Tolle) ⁷ , Tej ⁷ , Jégsaláta E: 223kcal, Zsír: 9g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 9g, CH: 25g, Cuk.: 9g, Só: 0,9g, Ca: 205mg	Korpás kifli ^{1,3,7} , Tea, Kefir ⁷ E: 181kcal, Zsír: 6g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 8g, CH: 24g, Cuk.: 13g, Só: 0,8g, Ca: 187mg

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