

Bölcsődei étlap

Étlap

2026. április 13 - 2026. április 17

Étkezés	2026.04.13 Hétfő	2026.04.14 Kedd	2026.04.15 Szerda	2026.04.16 Csütörtök	2026.04.17 Péntek
Reggeli	Kalács (kakaós) ^{1,3,7} , Kakaó neskakaóból ⁷ E: 243kcal Tel.zsír.: 3g CH: 31g Só: 0,2g Zsír: 8g Feh.: 11g Cuk.: 9g Ca: 215mg	Vezér rozsos kenyér 0,75 kg ^{1,12} , TV paprika, Tea, Tojásrántotta ^{3,7} E: 289kcal Tel.zsír.: 1g CH: 26g Só: 0,8g Zsír: 5g Feh.: 7g Cuk.: 6g Ca: 42mg	Egyenes kifli ^{1,7} , Kígyóuborka, Natúr vajkrém(Tolle) ⁷ , Tejeskávé pótkávéból ⁷ E: 259kcal Tel.zsír.: 3g CH: 37g Só: 0,8g Zsír: 8g Feh.: 10g Cuk.: 17g Ca: 210mg	Korpás kenyér ^{1,3,7} , Petrezselymes flóra margarin, TV paprika, Trappista sajt (Ammerlander) ⁷ , Tej fél adag ⁷ E: 288kcal Tel.zsír.: 7g CH: 23g Só: 1,6g Zsír: 15g Feh.: 15g Cuk.: 6g Ca: 364mg	Pék kifli ^{1,7} , Tea, Gyümölcsjoghurt házi meggy-szilva ⁷ E: 252kcal Tel.zsír.: 2g CH: 44g Só: 0,9g Zsír: 4g Feh.: 8g Cuk.: 19g Ca: 132mg
Tízórai	Tea friss citrommal és virágmézzel E: 18kcal Tel.zsír.: g CH: 4g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 0g Ca: 1mg	Tea friss citrommal és cukorral E: 23kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 1mg	limonádé citromból E: 34kcal Tel.zsír.: g CH: 7g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 7g Ca: 3mg	Tea E: 21kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 0mg	limonádé E: 22kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 0mg
Ebéd	Alma, Paradicsomos burgonyafőzelék ¹ , Főtt hús, sertéscomb E: 348kcal Tel.zsír.: 0g CH: 45g Só: 0,3g Zsír: 12g Feh.: 13g Cuk.: 13g Ca: 40mg	Reszelt csirkemáj, Főtt bulgur ¹ , Csemege uborka E: 262kcal Tel.zsír.: 1g CH: 34g Só: 1,3g Zsír: 8g Feh.: 15g Cuk.: 2g Ca: 42mg	Alma, Karalábéfőzelék ^{1,7} , Sertéspörkölt E: 328kcal Tel.zsír.: 2g CH: 26g Só: 0,3g Zsír: 19g Feh.: 14g Cuk.: 10g Ca: 151mg	Körte [#] , Francia rakott burgonya ^{1,3,7,8} E: 391kcal Tel.zsír.: 6g CH: 41g Só: 0,5g Zsír: 15g Feh.: 11g Cuk.: 13g Ca: 236mg	Zöldbableves magyaros sertés ^{1,7} , Alma fél adag, Szilvás lepény ^{1,3,7} E: 430kcal Tel.zsír.: 3g CH: 76g Só: 0,3g Zsír: 19g Feh.: 20g Cuk.: 24g Ca: 69mg
Uzsonna	Kukoricás kenyér ^{1,7} , póréahagyma, Flora Gold margarin, Tej ⁷ , Zala felvágott hentes ⁶ E: 291kcal Tel.zsír.: 5g CH: 33g Só: 1,4g Zsír: 12g Feh.: 13g Cuk.: 10g Ca: 222mg	Tej ⁷ , Sajtos-túrós pogácsa házi ^{1,3,7} E: 317kcal Tel.zsír.: 5g CH: 42g Só: 0,4g Zsír: 10g Feh.: 15g Cuk.: 11g Ca: 291mg	Tej ⁷ , Lekváros bukta ^{1,3,7} E: 259kcal Tel.zsír.: 3g CH: 36g Só: 0,2g Zsír: 8g Feh.: 11g Cuk.: 13g Ca: 234mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Házi húskrémpulyka ⁷ , Kaliforniai paprika, Tea E: 199kcal Tel.zsír.: 2g CH: 26g Só: 0,6g Zsír: 6g Feh.: 9g Cuk.: 6g Ca: 6mg	Félbarna kenyér ¹ , Kápia paprika, Flora Gold margarin, Tej fél adag ⁷ , Sajtos baromfi párizsi ^{6,7} E: 239kcal Tel.zsír.: 4g CH: 28g Só: 1,4g Zsír: 10g Feh.: 10g Cuk.: 6g Ca: 188mg

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. Csillagfű

A változtatás jogát fenntartjuk!

Élelmezésvezető