

Bölcsődei étlap

Étlap

2026. május 4 - 2026. május 8

Étkezés	2026.05.04 Hétfő	2026.05.05 Kedd	2026.05.06 Szerda	2026.05.07 Csütörtök	2026.05.08 Péntek
Reggeli	Tea, Tejbedara fahéjas szóráttal ^{1,7} E: 282kcal Tel.zsír.: 0g CH: 48g Só: 0,2g Zsír: 6g Feh.: 9g Cuk.: 18g Ca: 251mg	Erdélyi burgonyás kenyér ^{1,12} , Paradicsom, Teavaj (Lotti) ⁷ , Tea virágmézzel, Sajtos baromfi párizsi ^{6,7} E: 232kcal Tel.zsír.: 6g CH: 24g Só: 1,2g Zsír: 12g Feh.: 6g Cuk.: 1g Ca: 65mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Kígyóborka, Natúr vajkrém(Tolle) ⁷ , Vaniliás tej ⁷ E: 244kcal Tel.zsír.: 3g CH: 31g Só: 0,8g Zsír: 8g Feh.: 10g Cuk.: 12g Ca: 208mg	Kukoricás kenyér ^{1,7} , Kaliforniai paprika, Tea friss citrommal és virágmézzel, Tojásrántotta hagymával, paprikával ^{3,7} E: 308kcal Tel.zsír.: 1g CH: 29g Só: 0,7g Zsír: 6g Feh.: 8g Cuk.: 2g Ca: 44mg	Vágott zsemle ¹ , Körözött ⁷ , póréhagyma, Tej ⁷ E: 233kcal Tel.zsír.: 3g CH: 29g Só: 0,7g Zsír: 8g Feh.: 13g Cuk.: 10g Ca: 252mg
Tízórai	limonádé citromból E: 34kcal Tel.zsír.: g CH: 7g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 7g Ca: 3mg	Tea friss citrommal és virágmézzel E: 18kcal Tel.zsír.: g CH: 4g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 0g Ca: 1mg	Narancs-citrom turmix E: 47kcal Tel.zsír.: g CH: 11g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 11g Ca: 6mg	limonádé E: 22kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 0mg	Tea friss citrommal és cukorral E: 23kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: 0,0g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 1mg
Ebéd	Banán, Gyökérfőzelék ^{1,7} , Sertéspörkölt E: 311kcal Tel.zsír.: 1g CH: 35g Só: 0,3g Zsír: 13g Feh.: 12g Cuk.: 33g Ca: 217mg	Körte [#] , Csirkepaprikás ^{1,7} , Tészta köret ¹ E: 380kcal Tel.zsír.: 2g CH: 50g Só: 0,1g Zsír: 12g Feh.: 19g Cuk.: 11g Ca: 47mg	Szőlő [#] , Zöldbabfőzelék ^{1,7} , Vagdalt sertésből almával ^{1,3,8} E: 339kcal Tel.zsír.: 1g CH: 41g Só: 0,2g Zsír: 13g Feh.: 13g Cuk.: 18g Ca: 106mg	Banán, Csőben sült brokkoli sertés ^{1,3,7,8} E: 427kcal Tel.zsír.: 5g CH: 34g Só: 0,6g Zsír: 21g Feh.: 18g Cuk.: 26g Ca: 417mg	Sárgaborsókrémleves ¹ , Alma, Kakaós kevert házi ^{1,3,7} E: 351kcal Tel.zsír.: 2g CH: 51g Só: 0,2g Zsír: 10g Feh.: 10g Cuk.: 18g Ca: 71mg
Uzsonna	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Kápia paprika, Flora Gold margarin, Tej ⁷ , Zala felvágott hentes ⁶ E: 284kcal Tel.zsír.: 5g CH: 30g Só: 1,2g Zsír: 12g Feh.: 12g Cuk.: 10g Ca: 208mg	Tej ⁷ , Túrós pogácsa házi ^{1,3,7} E: 220kcal Tel.zsír.: 3g CH: 26g Só: 0,2g Zsír: 8g Feh.: 12g Cuk.: 10g Ca: 236mg	Korpás kifli ^{1,7} , Tökmagos sajtkrém (Ammerlander) ^{7,8} , Jégсалáta, Tea virágmézzel E: 241kcal Tel.zsír.: 5g CH: 17g Só: 0,8g Zsír: 14g Feh.: 12g Cuk.: 2g Ca: 174mg	Vezér rozsos kenyér 0,75 kg ^{1,12} , Jégcsapretek, Tea, Házi csirkemájkrém ^{7,10} E: 187kcal Tel.zsír.: 1g CH: 26g Só: 0,8g Zsír: 5g Feh.: 10g Cuk.: 6g Ca: 15mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , TV paprika, Hame tonhalkrém ^{3,6,7} , Trappista sajt ebéd után (Ammerlander) ⁷ , Tej ⁷ E: 298kcal Tel.zsír.: 5g CH: 29g Só: 1,2g Zsír: 14g Feh.: 13g Cuk.: 10g Ca: 286mg

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
A változtatás jogát fenntartjuk!

Élelmezésvezető