

Bölcsődei étlap

Étlap

2026. május 11 - 2026. május 15

Étkezés	2026.05.11 Hétfő	2026.05.12 Kedd	2026.05.13 Szerda	2026.05.14 Csütörtök	2026.05.15 Péntek
Reggeli	Kalács (kakaós) ^{1,3,7} , Flora Gold margarin, Tej fél adag ⁷ E: 214kcal Tel.zsír.: 2g CH: 25g Só: 0,1g Zsír: 9g Feh.: 8g Cuk.: 5g Ca: 120mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , Lilahagyma, Főtt tojás feltétként ³ , Flora Gold margarin, Tea E: 241kcal Tel.zsír.: 1g CH: 25g Só: 0,6g Zsír: 5g Feh.: 6g Cuk.: 7g Ca: 17mg	Barna zsemle ^{1,7,12} , Tea, Gyümölcsjoghurt (Riska) ⁷ E: 258kcal Tel.zsír.: 0g CH: 44g Só: 0,6g Zsír: 5g Feh.: 8g Cuk.: 22g Ca: 0mg	Teljes kiőrlésű búza kenyér ^{1,7} , TV paprika, Sonkakrém ⁷ , Tej fél adag ⁷ E: 210kcal Tel.zsír.: 3g CH: 25g Só: 1,0g Zsír: 8g Feh.: 9g Cuk.: 6g Ca: 127mg	Nosztalgia buci ^{1,3,7} , Sörretek, Karamellás tej ⁷ , Hentes sertésmájás E: 309kcal Tel.zsír.: 5g CH: 40g Só: 1,1g Zsír: 10g Feh.: 14g Cuk.: 16g Ca: 204mg
Tízórai	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	Banánturmix ⁷ E: 134kcal Tel.zsír.: 2g CH: 18g Só: 0,2g Zsír: 4g Feh.: 5g Cuk.: 19g Ca: 219mg	limonádé E: 22kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 0mg	Tea E: 21kcal Tel.zsír.: g CH: 5g Só: g Zsír: 0g Feh.: 0g Cuk.: 5g Ca: 0mg
Ebéd	Banán, Zellerfőzelék ^{1,7} , Vagdalt ^{1,3} E: 358kcal Tel.zsír.: 2g CH: 37g Só: 0,5g Zsír: 15g Feh.: 13g Cuk.: 23g Ca: 236mg	Alma, Zöldborsó főzelék ^{1,7} , Sült csirke felsőcomb E: 423kcal Tel.zsír.: 1g CH: 57g Só: 0,1g Zsír: 15g Feh.: 24g Cuk.: 16g Ca: 122mg	Alma, Rántott halrudak ^{1,4} , Burgonyapüré ⁷ , Csemege uborka E: 386kcal Tel.zsír.: 2g CH: 52g Só: 1,3g Zsír: 13g Feh.: 14g Cuk.: 10g Ca: 91mg	Húsleves csirke ^{1,8} , Körte [#] , Meggyes pite házi ^{1,3,7} E: 388kcal Tel.zsír.: 4g CH: 53g Só: 0,4g Zsír: 12g Feh.: 16g Cuk.: 14g Ca: 80mg	Alma, Rakott karfiol ⁷ E: 406kcal Tel.zsír.: 4g CH: 37g Só: 0,5g Zsír: 20g Feh.: 18g Cuk.: 14g Ca: 204mg
Uzsonna	Kukoricás kenyér ^{1,7} , Tömlős sajtkrém ⁷ , Kápia paprika, Tej ⁷ E: 276kcal Tel.zsír.: 5g CH: 34g Só: 0,9g Zsír: 10g Feh.: 13g Cuk.: 10g Ca: 204mg	Erdélyi burgonyás kenyér ^{1,12} , póréhagyma, Teavaj (Lotti) ⁷ , Tej fél adag ⁷ E: 235kcal Tel.zsír.: 5g CH: 26g Só: 0,9g Zsír: 11g Feh.: 7g Cuk.: 6g Ca: 137mg	Korpás kifli ^{1,7} , Paradicsom, Flora Gold margarin, Tea virágmézzel, Tavaszi zöldséges szelet felvágott E: 144kcal Tel.zsír.: 3g CH: 18g Só: 0,7g Zsír: 6g Feh.: 5g Cuk.: 1g Ca: 14mg	Korpás kenyér ^{1,3,7} , Kígyóuborka, Tojáskrém ^{3,7,10} , Tej ⁷ E: 284kcal Tel.zsír.: 4g CH: 26g Só: 0,9g Zsír: 9g Feh.: 11g Cuk.: 10g Ca: 221mg	Vezér rozsos kenyér 0,75 kg ^{1,12} , Magyaros vajkrém (Tolle) ³ , Jégsaláta, Tej fél adag ⁷ E: 183kcal Tel.zsír.: 2g CH: 25g Só: 1,0g Zsír: 6g Feh.: 7g Cuk.: 6g Ca: 120mg

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!

Élmezésvezető