

Bölcsődés (1-3 év)	Hétfő 2024.05.06.	Kedd 2024.05.07.	Szerda 2024.05.08.	Csütörtök 2024.05.09.	Péntek 2024.05.10.
Reggeli	-Tehéntej 2,8% (L) -Zala felvágott -Fehér kenyér (házi jellegű) (G) -Retek, hónapos S:1,2, E:244,0, ZS:7,4, T:4,8, F:13,3, CH:13,8, C:9,2, Ca:248,1	-Citromos tea -Sajtkrém (L) -Teljes kiőrl. kenyér (G, L) -Paprika S:0,4, E:134,0, ZS:4,8, T:0,0, F:4,1, CH:18,2, C:0,2, Ca:0,0	-Tehéntej 2,8% (L) -Méz -Kalács, foszlós (G, L, T) S:0,7, E:243,0, ZS:4,5, T:4,3, F:9,2, CH:25,4, C:12,2, Ca:244,6	-Vaníliás tej 2,8 % (L) -Olasz felvágott -Fehér kenyér (házi jellegű) (G) -Paprika S:0,9, E:249,0, ZS:5,3, T:4,5, F:11,6, CH:22,0, C:9,2, Ca:231,6	-Citromos tea -Tejbe zabpehely (L, G) S:0,2, E:212,0, ZS:3,8, T:0,1, F:8,5, CH:34,7, C:0,3, Ca:194,8
Tízórai	-Mandarin S:0,0, E:41,0, ZS:0,7, T:0,0, F:0,6, CH:8,8, C:8,1, Ca:20,7	-Alma, friss S:0,0, E:28,0, ZS:0,4, T:0,0, F:0,4, CH:6,3, C:5,4, Ca:5,4	-Banán S:0,0, E:35,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,4, CH:8,1, C:6,7, Ca:36,7	-Mandarin S:0,0, E:41,0, ZS:0,7, T:0,0, F:0,6, CH:8,8, C:8,1, Ca:20,7	-Banán S:0,0, E:52,0, ZS:0,1, T:0,0, F:0,6, CH:12,1, C:10,0, Ca:55,0
Ebéd	-Lecsős csirke -Párolt rizs -Nápolyi (G, L, T) S:1,0, E:424,0, ZS:14,5, T:0,3, F:16,4, CH:53,7, C:1,4, Ca:8,0	-Zsemle galuskaleves (G, T, Z) -Tavaszi vagdalt (G, T, L) -Burgonyafőzelék (L, G) S:1,9, E:421,0, ZS:9,4, T:2,1, F:19,8, CH:56,1, C:2,1, Ca:36,3	-Paradicsomleves (G, T) -Rakott kelkáposzta (L, G) S:1,0, E:372,0, ZS:12,6, T:5,2, F:11,9, CH:34,3, C:1,8, Ca:11,6	-Fokhagymás flekken (G, L, T, Z, O) -Sárgarépa főzelék (L, G) -Müzliszelet (G, O) S:2,1, E:370,0, ZS:15,8, T:0,0, F:17,6, CH:39,5, C:6,4, Ca:86,9	-Tárkonyos raguleves /sertés/ (G, T, L, Z) -Aranygaluska (G, L, T) -Alma, friss S:0,5, E:439,0, ZS:19,4, T:4,6, F:16,6, CH:65,2, C:18,2, Ca:140,1
Uzsonna	-Házi meggyes joghurt (L) -Teljes kiőrlésű kifli 1/2 (G) S:0,4, E:179,0, ZS:4,3, T:0,3, F:6,9, CH:26,3, C:0,0, Ca:15,7	-Lekváros rozskenyér (G) S:0,0, E:236,0, ZS:0,5, T:0,0, F:3,6, CH:53,2, C:30,4, Ca:0,0	-Mákos pite omlós 50g (G, L, T, D) -Tehéntej 2,8% (L) S:0,3, E:298,0, ZS:11,1, T:4,8, F:7,4, CH:33,0, C:17,1, Ca:114,0	-Puding 1 db (L) -Kifli, vajás (G, L) S:0,5, E:202,0, ZS:1,9, T:3,8, F:3,3, CH:13,0, C:24,6, Ca:0,0	-Pogácsa ömlesztett (G, L, T, S) -Tehéntej 2,8% (L) S:1,0, E:244,0, ZS:8,8, T:6,2, F:10,0, CH:14,8, C:9,9, Ca:228,0
Összesen	S:2,6, E:888,0, ZS:26,9, T:5,3, F:37,1, CH:102,6, C:18,7, Ca:292,4	S:2,4, E:818,0, ZS:15,1, T:2,1, F:27,8, CH:133,9, C:38,0, Ca:41,7	S:2,0, E:948,0, ZS:28,2, T:14,4, F:28,9, CH:100,8, C:37,7, Ca:406,9	S:3,5, E:861,0, ZS:23,8, T:8,3, F:33,1, CH:83,4, C:48,4, Ca:339,2	S:1,8, E:947,0, ZS:32,1, T:11,0, F:35,7, CH:126,7, C:38,3, Ca:617,9

Jó étvágyat!

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

Jelmagyarázat:

Allergén jelmagyarázat:

S: só (g)	E: energia (kcal)	G: glutén, gabonák	Z: zeller	D: diófélék, mandula, pisztácia	C: csillagfürt
ZS: zsír (g)	T: telített zsírsav (g)	L: laktóz, tej, tejtermékek	R: rákfélék	M: mustár	P: puhatestűek
F: fehérje (g)	CH: szénhidrát (g)	T: tojás, fehérje	H: halak	S: szezámag	
C: cukor (g)	Ca: kalcium (mg)	F: földimogyoró	O: szója	K: szulfitok, kéndioxid	

Bölcsődés (1-3 év)	Hétfő 2024.05.13.	Kedd 2024.05.14.	Szerda 2024.05.15.	Csütörtök 2024.05.16.	Péntek 2024.05.17.
Reggeli	-Tehéntej 2,8% (L) -Kukoricapehely (G)	-Tehéntej 2,8% (L) -Medve sajt (L) -Korpás kifli (G, L) -Retek, hónapos	-Gyümölcs tea -Tarja felvágott -Fehér kenyér (házi jellegű) (G) -Fejes saláta	-Tejeskávé 2,8 % (L, G) -Lapka sajt (L) -Teljes kiörl. kenyér (G, L) -Paradicsom	-Kakaós tej 2,8% (L) -Vajkrém (L) -Fehér kenyér (házi jellegű) (G) -Zöldhagyma
	S:0,2, E:187,0, ZS:2,3, T:3,4, F:8,3, CH:16,6, C:10,6, Ca:228,0	S:2,4, E:327,0, ZS:6,9, T:5,8, F:14,2, CH:35,2, C:9,8, Ca:258,1	S:1,8, E:141,0, ZS:2,2, T:0,8, F:4,3, CH:25,6, C:0,1, Ca:14,1	S:1,1, E:222,0, ZS:5,9, T:3,5, F:10,5, CH:21,7, C:10,2, Ca:228,5	S:0,6, E:266,0, ZS:8,6, T:3,5, F:9,7, CH:20,3, C:9,6, Ca:231,6
Tízórai	-Mandarin	-Alma, friss	-Narancs	-Mandarin	-Alma, friss
	S:0,0, E:41,0, ZS:0,7, T:0,0, F:0,6, CH:8,8, C:8,1, Ca:20,7	S:0,0, E:28,0, ZS:0,4, T:0,0, F:0,4, CH:6,3, C:5,4, Ca:5,4	S:0,0, E:30,0, ZS:1,1, T:0,0, F:0,4, CH:6,1, C:4,7, Ca:31,7	S:0,0, E:41,0, ZS:0,7, T:0,0, F:0,6, CH:8,8, C:8,1, Ca:20,7	S:0,0, E:28,0, ZS:0,4, T:0,0, F:0,4, CH:6,3, C:5,4, Ca:5,4
Ebéd	-Panírozott halrudak (G, T, M, P) -Tört burgonya	-Zöldborsófőzelék (L, G) -Natúr sertés szelet (G, L, T, Z, O)	-Temesvári sertéstokány (L, G) -Párolt bulgur (G)	-Limonádé -Csirkehús-felfújt (L, G, T) -Burgonyapüré (L)	-Tejfölös burgonyaleves (L, G, Z) -Káposztás tészta (G) -Fehér kenyér (házi jellegű) (G)
	S:1,1, E:601,0, ZS:7,3, T:0,4, F:9,5, CH:32,1, C:1,0, Ca:7,4	S:1,9, E:294,0, ZS:13,9, T:0,0, F:17,6, CH:25,7, C:0,1, Ca:113,1	S:0,7, E:466,0, ZS:17,6, T:7,6, F:19,0, CH:42,1, C:0,7, Ca:2,8	S:1,6, E:397,0, ZS:7,0, T:0,0, F:23,0, CH:57,9, C:0,1, Ca:145,3	S:1,5, E:432,0, ZS:6,9, T:1,0, F:11,7, CH:74,0, C:0,8, Ca:42,2
Uzsonna	-Sajtkrém (L) -Teljes kiörl. kenyér (G, L)	-Házi cseresznyés joghurt (L) -Korpás kifli 1/2 (G, L)	-Túrós bukta (G, L, T)	-Kenőmájas (O) -Teljes kiörlésű kenyér (G, L) -Uborka	-Meggyes túrókrém (édes) (L) -Háztartási keksz (G)
	S:0,4, E:82,0, ZS:3,8, T:0,0, F:2,9, CH:8,8, C:0,1, Ca:0,0	S:0,9, E:181,0, ZS:3,6, T:0,1, F:5,9, CH:30,3, C:0,3, Ca:16,4	S:0,8, E:166,0, ZS:6,0, T:0,1, F:5,0, CH:28,5, C:5,6, Ca:0,0	S:0,8, E:169,0, ZS:7,3, T:0,1, F:7,5, CH:17,1, C:0,3, Ca:9,0	S:0,1, E:136,0, ZS:3,5, T:2,6, F:7,2, CH:16,6, C:3,4, Ca:35,9
Összesen	S:1,7, E:912,0, ZS:14,2, T:3,9, F:21,4, CH:66,4, C:19,8, Ca:256,1	S:5,2, E:830,0, ZS:24,8, T:5,8, F:38,0, CH:97,5, C:15,6, Ca:393,0	S:3,2, E:803,0, ZS:26,8, T:8,4, F:28,7, CH:102,3, C:11,1, Ca:48,6	S:3,6, E:829,0, ZS:20,9, T:3,6, F:41,6, CH:105,5, C:18,8, Ca:403,5	S:2,2, E:862,0, ZS:19,3, T:7,1, F:29,0, CH:117,2, C:19,2, Ca:315,1

Jó étvágyat!

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

Jelmagyarázat:

S: só (g)	E: energia (kcal)	G: glutén, gabonák	Z: zeller	D: diófélék, mandula, pisztácia	C: csillagfűrt
ZS: zsír (g)	T: telített zsírsav (g)	L: laktóz, tej, tejtermékek	R: rákfélék	M: mustár	P: puhatestűek
F: fehérje (g)	CH: szénhidrát (g)	T: tojás, fehérje	H: halak	S: szezám	
C: cukor (g)	Ca: kalcium (mg)	F: földimogyoró	O: szója	K: szulfitok, kéndioxid	