

Bölcsődés (1-3 év)	Hétfő 2024.05.20.	Kedd 2024.05.21.	Szerda 2024.05.22.	Csütörtök 2024.05.23.	Péntek 2024.05.24.
Reggeli	-Tehéntej 2,8% (L) -Harcapástétom (H) -Fehér kenyér (házi jellegű) (G) -Retek, póréhagyma, zöldhagyma S:1,0, E:259,0, ZS:7,8, T:4,2, F:11,9, CH:16,6, C:9,2, Ca:256,4	-Tehéntej 2,8% (L) -Gabonagolyó (G) S:0,2, E:187,0, ZS:2,9, T:3,7, F:8,3, CH:15,4, C:14,8, Ca:228,0	-Vaníliás tej (L) -Medve sajt (L) -Fehér kenyér (házi jellegű) (G) -Uborka S:0,8, E:238,0, ZS:6,8, T:2,3, F:11,4, CH:31,8, C:0,0, Ca:241,0	-Tehéntej 2,8% (L) -Sajtkrém (L) -Teljes kiőrl. kenyér (G, L) -Retek, póréhagyma, zöldhagyma S:0,7, E:213,0, ZS:6,2, T:3,4, F:11,1, CH:11,7, C:9,3, Ca:252,8	-Gyümölcs tea -Csirkemell sonka -Fehér kenyér (házi jellegű) (G) -Paprika, paradicsom, uborka S:0,6, E:95,0, ZS:0,5, T:0,1, F:3,4, CH:18,7, C:0,0, Ca:5,5
Tízórai	-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:52,0, ZS:0,1, T:0,0, F:0,6, CH:12,1, C:10,0, Ca:55,0	-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	-sárgarépakarika S:0,0, E:4,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,1, CH:0,9, C:0,5, Ca:3,2	-Körte S:0,0, E:31,0, ZS:0,1, T:0,0, F:0,2, CH:7,2, C:5,9, Ca:0,0
Ebéd	-Karalábé leves (Z) -Tavaszi rakott harcsa (H, L, G) S:1,1, E:401,0, ZS:7,9, T:2,3, F:17,1, CH:33,0, C:3,4, Ca:9,3	-Sertéshúsfelfújt (L, G, T) -Kapros tökfőzelék (L, G) -Teljes kiőrl. kenyér (G, L) S:2,0, E:413,0, ZS:16,7, T:8,0, F:19,5, CH:26,5, C:0,6, Ca:63,7	-Debreceni tokány -Párolt bulgur (G) -Fehér kenyér (házi jellegű) (G) S:0,9, E:450,0, ZS:18,3, T:5,0, F:17,4, CH:43,8, C:0,2, Ca:6,1	-Paradicsomleves (G, T) -Sült csirkecomb (G, L, T, Z, O, M, S) -Burgonyapüré (L) -Káposztasaláta S:2,7, E:421,0, ZS:12,6, T:0,0, F:18,1, CH:48,8, C:1,7, Ca:95,2	-Mákos kevert sütemény (L, G, T) -Meggyes kevert sütemény (L, G, T) S:0,1, E:814,0, ZS:30,8, T:0,7, F:16,4, CH:115,0, C:0,5, Ca:239,6
Uzsonna	-Körözött (L) -Rozskenyér (G) -Zöldhagyma S:0,5, E:155,0, ZS:2,4, T:2,0, F:7,1, CH:23,3, C:1,3, Ca:17,5	-Mogyorókrém (G, L, O, D) -Fehér kenyér (házi jellegű) (G) S:0,4, E:175,0, ZS:6,6, T:1,3, F:2,9, CH:16,1, C:7,3, Ca:3,6	-Sült alma -Háztartási keksz (G) S:0,1, E:88,0, ZS:1,0, T:0,3, F:1,3, CH:18,6, C:7,2, Ca:5,4	-Pizzás csavart rúd 1/2 (G, L, T, O, D, S) S:0,8, E:220,0, ZS:12,0, T:5,0, F:3,8, CH:23,0, C:1,8, Ca:0,0	-Pogácsa ömlesztett (G, L, T, S) -Alma, friss S:0,6, E:117,0, ZS:5,2, T:2,1, F:2,6, CH:15,3, C:4,1, Ca:3,6
Összesen	S:2,6, E:843,0, ZS:18,4, T:8,4, F:36,4, CH:79,1, C:19,3, Ca:288,5	S:2,7, E:828,0, ZS:26,2, T:13,0, F:31,4, CH:70,1, C:32,7, Ca:350,3	S:1,8, E:804,0, ZS:26,4, T:7,5, F:30,4, CH:100,4, C:12,8, Ca:257,9	S:4,2, E:859,0, ZS:30,8, T:8,5, F:33,0, CH:84,5, C:13,3, Ca:351,1	S:1,3, E:1058,0, ZS:36,6, T:2,9, F:22,7, CH:156,1, C:10,5, Ca:248,7

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: 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	

Bölcsődés (1-3 év)	Hétfő 2024.05.27.	Kedd 2024.05.28.	Szerda 2024.05.29.	Csütörtök 2024.05.30.	Péntek 2024.05.31.
Reggeli	-Tehéntej 2,8% (L) -Méz -Kalács, foszlós (G, L, T)	-Tejeskávé (L, G) -Zala felvágott -Teljes kiőrlésű kifli (G) -Retek, póréhagyma, zöldhagyma	-Karamellás tej (L) -Vajkrém (L) -Fehér kenyér (házi jellegű) (G) -Paprika, paradicsom, uborka	-Citromos tea -Olasz felvágott -Rozskenyér (G) -Retek, póréhagyma, zöldhagyma	-Tehéntej 2,8% (L) -Lapka sajt (L) -Teljes kiőrlésű kifli (G) -Zöldhagyma
	S:0,9, E:272,0, ZS:5,1, T:4,5, F:9,8, CH:30,7, C:12,8, Ca:248,8	S:1,5, E:362,0, ZS:8,8, T:3,5, F:17,5, CH:42,3, C:4,2, Ca:230,0	S:0,4, E:220,0, ZS:8,5, T:0,0, F:7,7, CH:26,6, C:0,4, Ca:176,5	S:0,4, E:186,0, ZS:3,2, T:1,1, F:6,5, CH:31,9, C:0,2, Ca:24,8	S:1,5, E:306,0, ZS:7,1, T:3,9, F:14,9, CH:34,2, C:10,0, Ca:228,0
Tízórai	-Alma, friss	-Körte	-Alma, friss	-Gyümölcssaláta	-Banán
	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:47,0, ZS:0,1, T:0,0, F:0,4, CH:10,8, C:8,8, Ca:0,0	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:39,0, ZS:0,2, T:0,0, F:0,4, CH:6,6, C:7,6, Ca:24,4	S:0,0, E:35,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,4, CH:8,1, C:6,7, Ca:36,7
Ebéd	-Hentestokány sertéshúsból (G) -Kukoricás rizs	-Egybensült vagdalt (sertés) (T, G) -Parajfőzelék (G, L)	-Zellerkrémleves (G, Z, L, T) -Magyaros burgonyás tarhonya húsmentes (G) -Fejes saláta	-Lebbencsleves (G, T) -Fokhagymás flekken (G, L, T, Z, O) -Brokkolifőzelék (L, G)	-Bolognai spagetti (G, L) -Alma, friss
	S:0,9, E:448,0, ZS:18,7, T:5,0, F:14,8, CH:41,5, C:0,5, Ca:7,3	S:1,3, E:319,0, ZS:17,1, T:4,2, F:13,7, CH:16,8, C:0,3, Ca:154,2	S:2,9, E:378,0, ZS:14,4, T:0,8, F:7,8, CH:51,9, C:0,4, Ca:38,9	S:2,4, E:349,0, ZS:13,0, T:0,1, F:22,7, CH:32,8, C:0,8, Ca:101,9	S:0,8, E:416,0, ZS:14,2, T:3,9, F:16,3, CH:39,3, C:6,3, Ca:66,9
Uzsonna	-Kenőmájas (O) -Fehér kenyér (házi jellegű) (G)	-Házi barackos joghurt (L) -Korpás kifli 1/2 (G, L)	-Kakaós csiga (1db 50g) (G, L, T) -Tehéntej 2,8% (L)	-Joghurt, gyümölcsös (L) -Teljes kiőrlésű kifli (G)	-Vaníliapudingos croissant 50g (G, L, O, D, M, S)
	S:0,4, E:142,0, ZS:7,1, T:0,0, F:6,0, CH:12,6, C:0,1, Ca:3,6	S:0,9, E:191,0, ZS:3,8, T:0,1, F:5,6, CH:28,6, C:5,1, Ca:9,0	S:0,6, E:317,0, ZS:12,3, T:8,2, F:10,2, CH:25,8, C:9,2, Ca:228,0	S:0,8, E:243,0, ZS:3,9, T:0,5, F:10,4, CH:38,7, C:16,4, Ca:0,0	S:0,4, E:191,0, ZS:8,5, T:4,5, F:3,2, CH:25,5, C:7,5, Ca:0,0
Összesen	S:2,2, E:890,0, ZS:31,3, T:9,6, F:31,0, CH:91,1, C:18,8, Ca:265,1	S:3,7, E:919,0, ZS:29,8, T:7,7, F:37,1, CH:98,5, C:18,4, Ca:393,2	S:3,9, E:943,0, ZS:35,5, T:9,0, F:26,1, CH:110,6, C:15,4, Ca:448,8	S:3,6, E:816,0, ZS:20,3, T:1,7, F:40,1, CH:110,0, C:25,0, Ca:151,1	S:2,7, E:948,0, ZS:29,8, T:12,3, F:34,7, CH:107,0, C:30,5, Ca:331,6

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: 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	