

Étlap

Bölcsőde

Bölcsődés (1-3 év)	Hétfő 2025.04.28.	Kedd 2025.04.29.	Szerda 2025.04.30.	Csütörtök 2025.05.01.	Péntek 2025.05.02.
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 kiörl. kenyér (G, L) -Paprika S:0,4, E:131,0, ZS:4,1, T:0,0, F:4,1, CH:19,0, C:0,2, Ca:0,0	-Tehéntej 2,8% (L) -Méz -Kalács, foszlós (G, L, T) S:0,9, E:272,0, ZS:5,1, T:4,5, F:9,8, CH:30,7, C:12,8, Ca:248,8	-Vaníliás tej 2,8 % (L) -Olasz felvágott -Teljes kiörl. kenyér (G, L) -Paprika S:0,9, E:227,0, ZS:5,3, T:4,5, F:11,2, CH:17,1, C:9,3, Ca:228,0	-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:45,0, ZS:0,8, T:0,0, F:0,7, CH:9,8, C:9,0, Ca:23,0	-Alma, friss S:0,0, E:31,0, ZS:0,4, T:0,0, F:0,4, CH:7,0, C:6,0, Ca:6,0	-Narancs S:0,0, E:41,0, ZS:1,5, T:0,0, F:0,6, CH:8,5, C:6,5, Ca:44,0	-Mandarin S:0,0, E:45,0, ZS:0,8, T:0,0, F:0,7, CH:9,8, C:9,0, Ca:23,0	-Banán S:0,1, E:105,0, ZS:0,1, T:0,0, F:1,3, CH:24,2, C:20,0, Ca:110,0
Ebéd	-Lecsős csirke -Párolt rizs -Cékla savanyúság S:0,7, E:368,0, ZS:10,1, T:0,3, F:15,2, CH:40,1, C:3,2, Ca:7,6	-Tavaszi vagdalt (G, T, L) -Burgonyafőzelék (L, G) -Túró rudi (L) S:1,4, E:406,0, ZS:10,1, T:2,2, F:22,2, CH:48,7, C:1,3, Ca:20,6	-Paradicsomleves (G, T) -Rakott karfiol sertéshússal (L) S:1,0, E:343,0, ZS:12,7, T:6,5, F:11,5, CH:23,1, C:2,6, Ca:5,8	-Panírozott halrudak (G, T, M, P) -Tört burgonya S:1,2, E:698,0, ZS:8,0, T:0,5, F:11,3, CH:39,7, C:1,1, Ca:9,5	-Lencseleves virslivel (L, G, M) -Káposztás tészta (G) -Alma, friss S:1,5, E:472,0, ZS:12,9, T:3,0, F:16,0, CH:66,7, C:6,5, Ca:47,7
Uzsonna	-Házi meggyes joghurt (L) -Kifli, vajas 1/2 (G, L) S:0,2, E:124,0, ZS:3,9, T:0,5, F:4,4, CH:17,0, C:0,9, Ca:15,7	-Lekváros rozskenyér (G) S:0,0, E:205,0, ZS:0,5, T:0,0, F:3,5, CH:45,6, C:22,8, Ca:0,0	-Mákos pite omlós 50g (G, L, T, D) -Alma, friss S:0,2, E:273,0, ZS:10,4, T:3,1, F:4,4, CH:40,0, C:18,5, Ca:6,0	-Pizzás csiga (G, L, K) S:0,5, E:109,0, ZS:5,7, T:3,0, F:3,6, CH:11,0, C:0,0, Ca:0,0	-Meggyes túrókrém (édes) (L) -Háztartási keksz (G) 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:2,0, E:780,0, ZS:22,2, T:5,6, F:33,6, CH:80,7, C:22,3, Ca:294,3	S:1,9, E:772,0, ZS:15,1, T:2,2, F:30,3, CH:120,2, C:30,3, Ca:26,6	S:2,0, E:929,0, ZS:29,7, T:14,2, F:26,3, CH:102,3, C:40,4, Ca:304,6	S:2,5, E:1079,0, ZS:19,8, T:8,0, F:26,8, CH:77,5, C:19,5, Ca:260,5	S:1,9, E:925,0, ZS:20,3, T:5,7, F:33,0, CH:142,1, C:30,2, Ca:388,4

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, kén-dioxid	

Étlap

Bölcsőde

<i>Bölcsődés</i> (1-3 év)	<i>Hétfő</i> 2025.05.05.	<i>Kedd</i> 2025.05.06.	<i>Szerda</i> 2025.05.07.	<i>Csütörtök</i> 2025.05.08.	<i>Péntek</i> 2025.05.09.
<i>Reggeli</i>	-Tehéntej 2,8% (L) -Kukoricapehely (G)	-Tehéntej 2,8% (L) -Medve sajt (L) -Rozskenyér (G) -Retek, hónapos	-Gyümölcsstea -Szendvics sonka -Fehér kenyér (házi jellegű) (G) -Uborka	-Tejeskávé 2,8 % (L, G) -Lapka sajt (L) -Teljes kiörl. kenyér (G, L) -Paradicsom	-Kakaós tej 2,8% (L) -Vajkrém (L) -Rozskenyér (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:0,6, E:267,0, ZS:6,1, T:5,7, F:12,7, CH:23,3, C:9,4, Ca:244,9	S:0,5, E:112,0, ZS:0,5, T:0,3, F:4,0, CH:20,8, C:0,0, Ca:12,6	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:0,2, E:309,0, ZS:8,8, T:3,5, F:10,9, CH:29,2, C:9,7, Ca:228,0
<i>Tízórai</i>	-Mandarin	-Alma, friss	-Narancs	-Mandarin	-Narancs
	S:0,0, E:45,0, ZS:0,8, T:0,0, F:0,7, CH:9,8, C:9,0, Ca:23,0	S:0,0, E:31,0, ZS:0,4, T:0,0, F:0,4, CH:7,0, C:6,0, Ca:6,0	S:0,0, E:41,0, ZS:1,5, T:0,0, F:0,6, CH:8,5, C:6,5, Ca:44,0	S:0,0, E:45,0, ZS:0,8, T:0,0, F:0,7, CH:9,8, C:9,0, Ca:23,0	S:0,0, E:41,0, ZS:1,5, T:0,0, F:0,6, CH:8,5, C:6,5, Ca:44,0
<i>Ebéd</i>	-Szerpenyős burgonya -Fejes saláta -Fehér kenyér (házi jellegű) (G)	-Zöldborsófőzelék (L, G) -Sertéshúsfelfújt (L, G, T)	-Temesvári sertéstokány (L, G) -Párolt bulgur (G) -Savanyú uborka	-Limonádé -Zöldbabfőzelék (L, G) -Főtt tojás (T)	-Tejfölös burgonyaleves (L, G, Z, T) -Aranygaluska (G, L, T) -Fehér kenyér (házi jellegű) (G)
	S:1,5, E:434,0, ZS:12,3, T:2,9, F:13,0, CH:59,5, C:0,0, Ca:30,7	S:1,0, E:369,0, ZS:14,1, T:6,0, F:20,5, CH:28,8, C:0,0, Ca:149,8	S:0,8, E:405,0, ZS:15,1, T:7,0, F:16,9, CH:35,5, C:1,7, Ca:2,8	S:0,7, E:360,0, ZS:17,9, T:1,2, F:18,6, CH:25,9, C:0,7, Ca:46,3	S:0,9, E:355,0, ZS:11,5, T:1,8, F:11,8, CH:64,3, C:9,1, Ca:101,2
<i>Uzsonna</i>	-Sajtkrém (L) -Teljes kiörl. kenyér (G, L) -Uborka	-Házi cseresznyés joghurt (L) -Korpás kifli 1/2 (G, L)	-Puding 1 db (L) -Kifli, vajás (G, L)	-Kenőmájas (O) -Teljes kiörlésű kenyér (G, L) -Paradicsom	-Pogácsa ömlesztett (G, L, T, S) -Tehéntej 1,5% (L)
	S:0,4, E:88,0, ZS:3,9, T:0,0, F:3,4, CH:9,6, C:0,1, Ca:9,0	S:0,9, E:181,0, ZS:3,7, T:0,1, F:6,0, CH:30,2, C:0,3, Ca:16,4	S:0,5, E:202,0, ZS:1,9, T:3,8, F:3,3, CH:13,0, C:24,6, Ca:0,0	S:0,8, E:167,0, ZS:7,2, T:0,1, F:7,1, CH:16,5, C:0,3, Ca:0,5	S:0,8, E:232,0, ZS:9,6, T:2,8, F:10,0, CH:25,4, C:0,7, Ca:228,0
<i>Összesen</i>	S:2,1, E:755,0, ZS:19,3, T:6,4, F:25,5, CH:95,5, C:19,7, Ca:290,7	S:2,5, E:848,0, ZS:24,4, T:11,7, F:39,7, CH:89,3, C:15,7, Ca:417,0	S:1,8, E:759,0, ZS:19,0, T:11,0, F:24,8, CH:77,8, C:32,8, Ca:59,4	S:2,7, E:795,0, ZS:31,8, T:4,8, F:36,9, CH:73,8, C:20,2, Ca:298,2	S:1,9, E:937,0, ZS:31,4, T:8,1, F:33,3, CH:127,4, C:26,0, Ca:601,2

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	